વ્યાધિરોધવિદ્યા.

લખનાર [illegible]

શાસ્ત્રી મણિશંકર ગોવિંદજી.

જામનગર.

આતંકનિગ્રહ ઔષધાલય.

આવૃત્તિ ત્રીજી. પ્રત ૫૦૦૦

અમદાવાદ.

ધી અમરસિંહજી પ્રિન્ટિંગ પ્રેસમાં

પઠાણ નિઝામખાન નુરખાને છાપ્યું.

મફત

આતંકનિગ્રહ ઔષધાલય.

હેડ ઑફીસ.

જામનગર......કાઠીઆવાડ,

સ્થાપના ઇ. સ. ૧૮૮૧.

બ્રાંચ ઑફીસો.

મુંબઈ.....કાલબાદેવી રોડ,

સ્થાપના ઇ. સ. ૧૮૯૪.

કલકત્તા.....બાઉબાઝાર સ્ટ્રીટ,

સ્થાપના ઇ. સ. ૧૮૯૭

પુના-સીટી.....બુધવાર પેઠ,

સ્થાપના ઇ. સ. ૧૯૦૦

મદ્રાસ........૨૨ બ્રોડ વે,

સ્થાપના ઇ સ. ૧૯૦૫.

કરાંચી........ બંદર રોડ,

સ્થાપના ઇ. સ. ૧૯૦૯.

રંગુન ....૩૪ મોગલ સ્ટ્રીટ,

સ્થાપના ઇ. સ. ૧૯૧૦.

વ્યાધિરોધવિદ્યા.

લખનાર.

વૈદ્યશાસ્ત્રી મણિશંકર ગોવિંદજી.

જામનગર.

આતંકનિગ્રહ ઔષધાલય.

આવૃત્તિ ત્રીજી.

અમદાવાદ.

અમરસિંહજી પ્રિન્ટિંગ પ્રેસમાં પઠાણ

નિઝામખાન નુરખાને છાપ્યું.

સંવત ૧૯૬૬ સને ૧૯૧૦.

આતંકનિગ્રહ ઔષધાલય.

હેડ ઑફીસ.

જામનગર......કાઠીયાવાડ,

સ્થાપના ઇ.સ. ૧૮૮૧.

બ્રાંચ ઑફીસો.

મુંબઈ.....કાલબાદેવી રોડ,

સ્થાપના ઇ. સ. ૧૮૯૪.

કલકત્તા........બારાબઝાર સ્ટ્રીટ,

સ્થાપના ઇ. સ. ૧૮૯૭.

પુના-સીટી....બુધવાર પેઠ,

સ્થાપના ઇ. સ. ૧૯૦૦.

મદ્રાસ........૨૨ બ્રોડ વે,

સ્થાપના ઇ. સ. ૧૯૦૭.

રંગુન.........૩૪ મોગલ સ્ટ્રીટ,

સ્થાપના ઇ. સ. ૧૯૧૦.

આવૃત્તિ ત્રીજી.

આ ઉપયોગી પુસ્તક આજથી ૨૫ વર્ષ ઉપર છપાવવામાં આવ્યું હતું અને તે એટલું લોક પ્રિય થઇ પડ્યું હતું કે તે વખતમાં તુરત તુરતમાં તેની બે આવૃત્તિઓ થઇ હતી જે ખલાસ થઈ ગયા બાદ અમારા તરફથી બીજાં સંખ્યાબંધ નાનાં મોટાં પુસ્તકો કોઈ નવાં તો કોઇની નવી આવૃત્તિઓ છપાવવાના ચાલુ યત્નમાં આજ સુધી તેની ત્રીજી આવૃત્તિ કહાડવાનો અવકાશ આવ્યો નહોતો પણ લાંબી મુદત થઈ ગયાં છતાં તેની માગણી વખતો વખત ચાલુ રહેવાથી હાલ આ ત્રીજી આવૃત્તિ બહાર પાડવામાં આવેછે, જોકે આમાં ભાષા વગેરેના કાંઇ ફેરફારની જરૂરછે એમ દેખાશે તો પણ આ પુસ્તક ઘણાં વર્ષો પહેલાં લખાયેલ તેને જેમનું તેમ આબાદ છપાવવું અને તેમાં કાંઇ ફેરફાર ન કરવા એ વધારે યોગ્ય ગણવામાં આવ્યું છે.

આ પુસ્તકના ઉપયોગીપણાની વિશેષ સાબીતી એ છે કે અમારા તરફથી તેની બે આવૃત્તિઓ બહાર પડી ગયા પછી તેજ અરસામાં મુંબઈવાળા સ્વર્ગવાસી મી. જેરામ રઘુનાથ જેઓ ભાવપ્રકાશ ભાષાંતરના પ્રસિદ્ધકર્ત્તા તરીકે પ્રખ્યાતિમાં આવેલા છે તેમણે બાહાર પાડેલાં

વૈદ્યામૃતનાં ભાષાંતરની પાછળના ભાગમાં પોતાનાં ગ્રાહકોને વિશેષ લાભ આપવા અમારૂં આ પુસ્તક આખું એમને એમ આબાદ વધારાતરીકે છપાવ્યું હતું. એ પુસ્તકમાં આ પુસ્તકની કેટલી આવૃત્તિ થઈ છે અમારા ધ્યાનમાં ચોકસપણે નથી આવ્યું તો પણ તેની એકજ આવૃત્તિ ગણીએ તોપણ આ તેની ચોથી આવૃત્તિ ગણાય છતાં તે આવૃત્તિ બીજાના તરફથી હોવાને લીધે તેને અમારા તરફથી બહાર પડેલી આવૃત્તિની ગણનામાં લીધી નથી.

સંવત ૧૯૬૭ ઇસ્વી ૧૯૧૦ } કર્ત્તા.
જામનગર.

પ્રસ્તાવના.

હમણાં આપણી આર્યપ્રજા શાસ્ત્રમાં બતાવેલા શરીરસંરક્ષણના નિયમોને વિસારી મૂકી સ્વચ્છંદપણે વરતેછે તેથી પ્રજાનો ઘણો ભાગ નબળા બાંધાનો, રોગથી પીડિત અને અવ્યવસ્થિત આચારવાળો જોવામાં આવેછે; તેટલામાટે શરીર સાચવવાના નિયમોનું જ્ઞાન થાય ને તે પ્રમાણે વરતી આપણી આર્યપ્રજા પ્રાચીન શૌર્ય, બળ તથા નીતિ રીતિ પુનઃપ્રાપ્ત કરે એવા હેતુથી ગજવામાં રાખી પ્રતિદિન પાઠ કરવા જેવું આ નાનું પુસ્તક બહાર પાડ્યું છે.

ધાતુ અને રસાયન પ્રયોગથી ઓષધો બનાવવાં એ કામ કઠણ છે, અને તે હુશીઆર વૈદ્યશાસ્ત્રીઓથી જ માત્ર બની શકેછે. પણ નાના ગામડામાં સારા વૈદ્યની સહાયતા મળી શકતી નથી અને લોકોને ઘણી મુસીબત વેઠવી પડેછે તેથી ગામડાના સાધારણ લોકો પણ ગાંધીને ત્યાંથી મળતાં ઓસડીઆંથી દવા હાથે બનાવી

દરદ શાંત કરવાને શક્તિમાન થાય એવા હેતુથી આ નાના પુસ્તકની અંદર ઘણાં સાધારણ પણ ચમત્કારિક ઔષધો દાખલ કરવામાં આવેલ છે. આ પુસ્તકની અંદર જે જે નિયમો તથા ઔષધો દાખલ કરવામાં આવેલ છે તે સઘળા આપણા પ્રાચીન વૈદ્યક ગ્રંથો તથા અંગ્રેજી વૈદ્યક ગ્રંથોના આધારથી દાખલ કરવામાં આવ્યા છે.

આ ઉપયોગી પુસ્તકનો સઘળાં મનુષ્યો લાભ લે એવા હેતુથી તેની કાંઇપણ કિંમત રાખવામાં આવી નથી એટલે જે કોઈ માગે મગાવે તેને મફત આપવાનો ઠરાવ કર્યો છે.

કર્ત્તા.

વ્યાધિરોધવિદ્યા.

શરીર અને જીવ એ બન્નેનો સંબંધ એ જીવન, અને જીવન તથા કાળ એ બન્નેનું એકત્વ એ આયુષ. એ આયુષની વૃદ્ધિ તથા તેનો નાશ કરનારા પદાર્થ, ગુણ અને કર્મ એઓનું યથાસ્થિત જ્ઞાન મેળવી તે પદાર્થ, ગુણ અને કર્મના સેવન તથા ત્યાગથી નીરોગ થઇ લાંબું આયુષ પ્રાપ્ત કરવું એ જ મનુષ્ય માત્રનું કર્ત્તવ્ય કર્મ છે; કારણ કે ધર્મ, અર્થ, કામ અને મોક્ષ એ ચાર પુરૂષાર્થ સંપાદન કરવાને આયુષની જરૂર છે. ઘણાં મનુષ્યો એમ જ માનેછે કે આયુષમાં વધારો અથવા ઘટાડો કરવા કોઇ સમર્થ નથી, પણ આ વિષયઉપર જરા બારીકીથી વિચાર કરતાં એમ નિઃસંદેહ જણાયછે કે, જો શરીરને બરોબર સાચવવામાં આવે તો તે વધારે વખત ટકે. તત્વવેત્તાઓ પદાર્થના છ ધર્મ કહે છે. (હયાતીમાં છે, જન્મ પામેછે, વૃદ્ધિ પામેછે, ફેરફાર થાયછે, ક્ષીણ થાયછે અને નાશ પામેછે.) જો કે

છે ધર્મમાંથી કોઈપણ પદાર્થ, બહાર નિકળી શકતો નથી પણ એટલું તો સિદ્ધ છે કે જો કોઇપણ પદાર્થ વધારે સંભાળથી સચવાય તો તે વધારે વખત ટકે. ત્યારે આ દેહ જેવો અમૂલ્ય પદાર્થ વધારે ટકાવવાને આપણે યત્ન ન કરીએ એ કેવી ગાંડાઇ !

પરમકૃપાળુ ઇશ્વરની ઈચ્છા પણ આપણું શરીર લાંબો વખત ટકે અને આપણે દીર્ઘાયુ થઇએ એવી જ છે. અને જો એમ ન હતે તો આપણા જન્મને વખતે આપણી માતાઓના સ્તનમાં દૂધ શામાટે પેદા કરે ? વળી આપણને માટે સઘળાં સુખનાં સાધનો પેદા કરવાની તેને શી જરૂર હતી ? આપણા જન્મપહેલાં આપણા સુખને માટે ગર્ભાશયની પણ કેવી સુંદર રચના કરી છે ? લોકોના માનવાપ્રમાણે ગર્ભની અંદર બાળકને ઘણું દુઃખ વેઠવું પડેછે, પરંતુ વૈદ્યવિદ્યાને જાણનાર કબુલ કરશે કે ગર્ભાશયની રચના કેવા પ્રકારની છે. કોઇ એક શેઠીઆના બંગલાપાસે ગલીચી હોય તેથી શું તેનો આખો બંગલો

ગલીચીમય જ સમજવો ? પણ જરા આગળ જઇને તપાસીએ તો તેની અંદર સુંદર બાગ-બગીચાઓ તથા શણગારેલાં દિવાનખાનાંઓ હોય-છે. તેમજ ગર્ભાશયના નજીકના ભાગો મળમૂત્ર-વાળા હોય તેથી શું ગર્ભાશય પણ તેવો જ હોવો જોઇએ ? ના.

ગર્ભાશયની અંદર એક બારીક રબ્બરજેવું ચામડીનું પડ બાળકને સુવામાટે હોયછે. બા-ળક ગર્ભમાં હોય તે વખતે માતાની ભૂલથી બાળકને કાંઇ હરકત ન પડે તેટલામાટે તે પડ નીચે પાણી ભરેલું હોયછે, જે કમાનનું કામ કરેછે. તેથી બાળકને કોઇપણ જાતનો થડકો લાગતો નથી. આ સઘળું સુખ શું બાળકના બચાવને માટે કે તેને મારી નાખવામાટે ? બાઇઓ ! જરા વિચાર કરો કે શરીરને કોઇ પણ જાતનું દુઃખ દેવું અને કેવળ પ્રારબ્ધ-ઉપર હાથ દઇ બેશી રહેવું એ જ પાપ છે. સઘળા સુખનું સાધન તથા સઘળા પુરૂષાર્થ સં-

પાદન કરવાને હથીઆર શરીર જ છે, અને તે જો સ્વસ્થ ન હોય તો કંઈપણ બની શકશે જ નહિ. જો કે કોઇ ગાંડો માણસ પથ્થર ફેંકતો હોય અથવા તો કોઈ ભયંકર પ્રાણી જતું હોય તે ભયના પંજામાં ફસાતાં બચવાને માટે નિઃસંદેહ એક તમામ કમબુદ્ધિનો માણસ બલકે પશ્વાદિમાંનું કોઇપણ પ્રયાસ કરવાને ચૂકતું નથી જ. અને એમ છે ત્યારે શરીરની સાચવણુ તો સહજ થાયછે. છતાં આવિષે બોલવાને શી જરૂર છે, એ એક સાધારણ સવાલ ઉઠશે. જો કે ગ્રંથકર્ત્તાઓએ તો ખરાં કારણોને લઇને જ કહેલું હશે, કેમકે ઉપર જે સવાલ કરવાનું કારણ આપણજેવા સામાન્ય અને સાધારણ બુદ્ધિના માણુસને પણ સહજ સમજવામાં આવે છે, તો મહાવિદ્વજ્જનો એવી મોટી ભૂલ્ કરે એ તો દેખીતું જ અક્કલથી ઉલટું છે, તથાપિ કેટલાંએક કારણો જે ખરાં કારણોને લીધે વિદ્વાનોએ વિવેચનમાં જણાવેલ છે તે કારણો

ઢંકાઇ જવાથી શરીર સાચવવાનો ત્યાગ અથવા તો ઉપેક્ષા જ માત્ર દેખવામાં નજીક રહેલી છે, અને તેથી જ કરીને ભાઇઓ ! આપ કબુલ કરશો કે શરીર સાચવવાની આવશ્યકતાવિષે ખસુસ કરીને બોલવું જરૂરનું છે. વેદાંતીની ઉપેક્ષા, જૈનમતવાદી તથા તપસ્વીઓનું શરીરનું દમવું વગેરે સર્વ શાને માટે છે એમ તેઓને જ પૂછીએ અથવા તો પોતાની મેળે વિચારીએ તોપણ નિઃસંદેહ, નિર્વિવાદ અને સિદ્ધાંતપૂર્વક માલમ પડશે કે સર્વનું ફળ એ છે કે, એમ કરવાથી ઇશ્વર ઘણા જ પ્રસન્ન થાયછે અને પરિણામે સુખ મળેછે. સુખ કઇ ઇંદ્રિયે તથા કયા ઓજારવડે લેવાય એમ પૂછતાં 'શરીર' એમ કહ્યા વિના કોઇને છૂટકો જ નથી.

વેદાંતમાં પણ શરીરરક્ષણની જ વાત છે. પણ હાલમાં તેનો અર્થ કેવળ બીજી રીતે સમજાઈ ગયો છે. વેદાંતીઓ કહે છે કે 'ब्रह्म-सत्यं जगन्मिथ्या' આમાં જોકે બ્રહ્મ સત્ય

અને જગત્ મિથ્યા એમ સ્પષ્ટ અર્થ જણાયછે પણ તેની ખરી મતલબ શું છે, તે નીચેના દાખલાઉપરથી જણાશે. જેમકે એક માણસે આપણને બે ચીજ સાચવવા આપી. એક ઘડી-આળ અને એક લોઢાનો ગોળો. હવે ઘડીઆળ આપ્યું ત્યારે કહ્યું કે આને વધારે સાચવવાની જરૂર છે કારણ કે એ તરત ભાંગી જાય એવું છે, અને લોઢાનો ગોળો આપ્યો ત્યારે કહ્યું કે, આની વધારે સંભાળ લેવાની જરૂર નથી કા-રણ કે તે ભાંગવાનો કે તૂટવાનો નથી. આ ઉપરથી ઘડીઆળ અનિત્ય છે એમ સમજી તેને ફેંકી દઇએ અથવા તેની બરોબર સંભાળ ન લઇએ તો આપણે ગાંડામાં જ ગણાઇએ, અને આપણે એ ચીજ સોંપનારની કૃપાને અપાત્ર થઇ-એ. તેમ જ આપણું શરીર અનિત્ય અને ક્ષણ-ભંગુર છે એમ સમજી તેની પૂરતી કાળજી ન રાખીએ તો પરમ કૃપાળુ ઇશ્વર જેણે આપણને શરીર સોંપેલું છે, તેનો હુકમ તોડ્યો એમ

કહેવાય. અને જ્યારે ઇશ્વરનો હુકમ તોડયો ત્યારે આપણે કેવી શિક્ષાને પાત્ર થઇએ તેનો સઘળા-એાએ પોતાના મનમાં જ વિચાર કરવો. આ સઘળાઉપરથી નીચોળાર્થ માત્ર એટલો જ નીકળે છે કે, ગમે તેમ કરીને પણ શરીર જેમ લાંબો વખત ટકે તેમ પ્રયત્ન કરવો અને તેથી ઇશ્વર પ્રસન્ન રહેછે. માટે તે કયા નિયમો પાળવાથી વધારે વખત ટકે એ જાણવું જરૂરનું છે. શરીર સાચવવાના નિયમો પાળવાથી કેવળ શરીર લાંબો વખત ટકેછે એટલું જ નહિ પણ તેથી સુખ, શાંતિ અને દ્રવ્યાદિમાં પણ વધારો થાય-છે, અને તેથીજ ચાર પુરૂષાર્થની પ્રાપ્તિ થાય-છે. દ્રવ્યમાં વધારો કરવાની પણ તેટલી જ જરૂર છે. તેવિષે ચરક નામના વૈદ્યકશાસ્ત્રમાં પણ એક ઠેકાણે એમ લખ્યું છે કે, **नह्यतः पापात् पापीयोऽस्ति यदनुपकरणस्य दीर्घमायुः ।** દ્રવ્યાદિ સાધનવિના લાંબુ આયુષ ભોગવવું એકરતાં એવું બીજું કાંઇપણ મોટું પાપ

નથી એટલે કંગાળ હાલતમાં લાંબુ આયુષ ભોગવનાર પુરૂષને પાપી જ સમજવો. એ સઘળામાંથી મુક્ત થવું એ દરેક મનુષ્યને ઇચ્છિત છે. શરીરને દુ:ખ ઉપજાવનાર અને તેથી આયુષમાં ઘટાડો કરનાર રોગ છે. ત્યારે રોગ એટલે શું ? તેની વ્યાખ્યા આપવા આ ઠેકાણે જરૂર પડેછે. **रोगस्तु दोषवैषम्यं दोषसाम्यमरोगता ॥** વાતાદિ દોષનું પોતાના પ્રમાણકરતાં વધવું કે ઘટવું તેને રોગ કહેછે; અને તે દોષનું પ્રમાણમાં રહેવું તેને આરોગ્ય કહેછે. ટુંકામાં જેથી દુ:ખ થાય તે રોગ. દુ:ખ કેટલા પ્રકારનાં ? એક તો દેખીતું શરીરને વ્યથા કરે તે દુ:ખ, પૈસા ટકાનું દુ:ખ, બાયડીનું દુ:ખ, છોકરાંનું દુ:ખ, સંબંધીનું દુ:ખ, નાતનું દુ:ખ, રાજાનું દુ:ખ, વ્યવહારનું દુ:ખ, પ્રજાનું દુ:ખ; એમ ગણવા જઇએ તો પાર જ ના આવે માટે હવે દુ:ખના બે વિભાગ કરીએ. એક રોગનું દુ:ખ અને બીજું વ્યવહારનું દુ:ખ.

વળી કેટલેક ઠેકાણે ત્રણ પ્રકારનાં દુઃખ લેખાયછે. આધ્યાત્મિક, આધિભૌતિક અને આધિદૈવિક. તેમાં આધ્યાત્મિક દુઃખ બે પ્રકારનાં છે. શારીર અને માનસ. શારીર દુઃખ તે રોગ અને રોગ એટલે વાત,પિત્ત અને કફની વિષમતા. વળી તેના ચાર વિભાગ થઇ શકેછે. સ્વાભાવિક, આગન્તુક, કાયિક અને આન્તર એ દરદોની દશા પણ ત્રણ પ્રકારની છે. સાધ્ય, કૃચ્છ્રસાધ્ય, અને અસાધ્ય. ચિંતા વગેરે માનસ દુઃખ કહેવાયછે.

આધિભૌતિક દુઃખમાં સિંહ વ્યાઘ્રાદિનાં દુઃખનો સમાવેશ થાયછે.

આધિદૈવિક દુઃખમાં અતિવૃષ્ટિ, અનાવૃષ્ટિ, તીડ, ઉંદર વગેરે દુઃખનો સમાવેશ થાયછે.

એ સઘળાં દુઃખોમાં આપણે આધ્યાત્મિક અને આધિભૌતિક દુઃખોમાંથી છૂટવાના યત્નો કરીએ તો તે દુઃખોને દૂર કરી શકાયછે અને આધિદૈવિક દુઃખ મનુષ્યજાતથી અનિવાર્ય છે.

હવે આ સઘળાઉપરથી એમ જણાયછે

કે, આધ્યાત્મિક દુઃખમાંથી દૂર રહેવું એટલે બનતાં સુધી એ દુઃખની ઉત્પત્તિ જ થવા ન દેવી, અને થાય તેનું શમન કરવું, એ કામ દરેક મનુષ્યનું તથા મુખ્યત્વેકરીને વૈદ્યનું છે. પણ હાલમાં તે વિષય તદ્દન ભૂલી જવામાં આવ્યો છે, તેઉપર પૂરતું ધ્યાન અપાતું નથી, આપણાં પ્રાચીન પુસ્તકોનો અભ્યાસ થતો નથી અને તેથી જ આપણા વૈદ્યકશાસ્ત્રના જ્ઞાનનો દિવસોદિવસ લોપ થતો જાયછે; અને તેને લીધે સઘળાં મનુષ્યો અલ્પાયુ થતાં જાયછે. હાલમાં સઘળાં મનુષ્યોનું મન દરદ થયાપછી તે કેમ મટાડવું તેઉપર જ દોડેછે, પણ તે થતું કેમ અટકાવવું તેઉપર થોડા જ લક્ષ આપતા જણાયછે, ત્યારે હવે દરદ થતાં કેમ અટકે તેનું વિવેચન આપવાની જરૂર છે. અને જે મનુષ્ય તે પ્રમાણે વર્તશે તેને આયુષ, આરોગ્ય અને યશની પ્રાપ્તિ થશે. કારણ કે તે પ્રમાણે વર્તવાના નિયમોમાં આપણી સંસારી સ્થિતિ કેમ સુધરે તેનું

પણ યથાસ્થિત વર્ણન આવી જાયછે. ત્યારે હવે દરેક મનુષ્યે કેવી રીતે વર્તવું જોઇએ તે સશાસ્ત્ર કહેવાનો આરંભ કરૂંછું.

कालार्थकर्मणां योगा हीनमिथ्यातिमात्रकाः ।
सम्यग्योगश्च विज्ञेयो रोगारोग्यैककारणम् ॥

વર્ષા, ગ્રીષ્મ, શીત વગેરે કાળ; શબ્દ, સ્પર્શ વગેરે અર્થ, અને કાયિક, વાચિક વગેરે કર્મ, એ સર્વનો હીન, મિથ્યા, અને અતિયેાગ એ રોગનું કારણ જાણવું તથા તેમનો સમાન યેાગ એ આરોગ્યનું કારણ જાણવું. વરસાદનો હીનયેાગ એટલે થોડો વરસાદ થવાથી અનાજ બિલકુલ ઉત્પન્ન થતું નથી. મિથ્યાયેાગ એટલે જોઇએ તે વખત ન વરસે અને ન જોઇએ તે વખત વરસે તેથી રોગનું કારણ બનેછે. અતિ-યેાગ એટલે જોઇએ તેકરતાં વધારે વરસવાથી પણ ઘણા રોગ ઉત્પન્ન થાયછે; અને સમાન-યેાગ એટલે જોઇએ તે પ્રમાણેજ વરસવાથી આરોગ્યનું કારણ થાયછે. એજ પ્રમાણે અનંત

પદાર્થોનો હીન, મિથ્યા અને અતિયોગ કે સમાનયોગ રોગ તથા આરોગ્યનું કારણ જાણવું. એ પ્રમાણે કાયિક, વાચિક અને માનસિક કર્મને માટે પણ સમજવું.

સ્વસ્થ માણસે આયુષનું રક્ષણ કરવાના હેતુથી પાછલી ચાર ઘડી રાત હોય તે વેળા ઉઠવું. તે વખતનું નામ બ્રાહ્મ મુહૂર્ત છે. ઉઠયાપછી ઝાડે ઝપટે જઇ આવી તૂરા, તીખા અને કડવા સ્વાદવાળું દાતણ અવાળુને ઇજા ન થાય તેમ કરવું કારણ કે તૂરૂં દાતણ મોઢાને સાફ કરેછે, તીખું અરૂચિ મટાડેછે અને કડવું મોઢામાં જામેલા કફને સાફ કરેછે; પણ જે માણસ અજીર્ણ, ઓકારી, શ્વાસ, હાંસો કે તાવથી પીડાતો હોય અને જે મનુષ્યને મુખપાક, છાતીનો રોગ, નેત્રરોગ, માથાનો રોગ કે કાનનો રોગ હોય તેઓએ દાતણ નહિ કરવું. દાતણ ટચલી આંગળીના આગલા ભાગજેવું જાડું અને બાર આંગળ લાંબું હોવું જોઇએ. જીભ સાફ કરવાને માટે સોના,

રૂપા કે ત્રાંબાની પટ્ટીનો ઉપયોગ કરવો. દાતણ કરી રહ્યા પછી ઠંડા પાણીથી કોગળા કરવા. એથી કફ, તૃષ્ણા, મળ અને મોઢાની અંદર શુદ્ધિ થાયછે. થોડા ઉના પાણીના કોગળા કરવાથી કફ, અરૂચિ, અને દાંતનું જડપણું મટેછે તથા મોઢું હલકું થાયછે.

ત્યારપછી સૂર્યોદયપહેલાં જે મનુષ્ય નાસિકાદ્વારા ત્રણ અંજલિ પાણી પીએ તે બુદ્ધિમાન થાયછે તથા તેની આંખ ગરૂડના સમાન તેજસ્વી થાયછે અને ટુંકામાં સર્વ રોગથી વિમુક્ત થાયછે. સવારમાં નાકેથી પાણી પીવું એ રસાયન છે એમ વૈદ્યલોકો કહેછે. જરા તથા વ્યાધિને દૂર કરનાર પ્રયોગ રસાયન કહેવાયછે.

ત્યારપછી સુરમાનું અંજન કરવું. (આ ઠેકાણે અમને કહ્યાવિના ચાલતું નથી કે જે માણસને સુરમાનો ઉપયોગ કરવો હોય તેણે અમારા આતંકનિગ્રહ ઔષધાલયમાં શાસ્ત્રવિધિપ્રમાણે તૈયાર કરવામાં આવેલા સુરમાનો જ

ઉપયેાગ કરવેા. કારણ કે તે સુરમેા નેત્રને અતિ હિતકારક છે). સુરમાથી નેત્ર સારાં થઈ દૃષ્ટિ સૂક્ષ્મ થાયછે અને નેત્રમાં થતી ખરજ, મળ, દાહ તથા ચિકટ પદાર્થનેા નાશ થાયછે.

સુરમાનું અંજન કર્યાપછી તૈલ (આતંકનિગ્રહ ઔષધાલયમાં બનતું આયુષ્યવર્ધક તૈલ જે મણિ તૈલ એ નામથી પણ ઓળખાય છે) ચેાળીને નહાવું. કારણ કે નહાવું એ વૃદ્ધપણું, થાક અને વાયુ એએાને હણનાર છે. તથા દૃષ્ટિને નિર્મળ કરેછે, પુષ્ટિ કરેછે, આયુષ વધારેછે, સુખેથી ઉંઘ આણેછે, ત્વચાને શેાભાયમાન કરેછે અને શરીરને દૃઢ કરેછે. તેમ જ નહાવાથી જઠરાગ્નિ પ્રદીપ્ત થાયછે તથા ઉત્સાહ અને બળ વધેછે. વળી તેથી ખસ, મેલ, થાક, પરસેવેા, આળસ અને દાહનેા નાશ થાયછે. આયુષ્યવર્ધક તૈલ ચેાળીને નહાવાનું લખેલું છે તે એટલા જ માટે કે, એ તૈલ કૃષ ને પુષ્ટ કરેછે તેમજ પુષ્ટને પાતળા કરેછે. વળી તૈલ ઝાડેા બાંધેછે, કૃમિનેા નાશ કરેછે અને

ટુંકામાં બધા રેાગ મટાડવાને સમર્થ છે. નહાવામાં ઉના અને ટાઢા એ બન્ને પાણીનેા ઉપયેાગ કરવાની જરૂર છે. કહ્યું છે કે—

उष्णांबुनाऽधःकायस्य परिषेको बलावहः ।

तेनैव चोत्तमाङ्गस्य बलहृत् केशचक्षुषाम् ॥

ઉના પાણીથી શરીરના નીચેના ભાગ ધેાવાથી બળ વધેછે પણ માથાઉપર જો ગરમ પાણી રેડ્યું હાેય તેા વાળ તથા નેત્રના બળનેા નાશ થાયછે. માટે માથાઉપર તથા મેાઢાઉપર હમેશાં ટાઢું પાણી રેડવું; પણ અર્દિત વાયુના રેાગવાળાને, નેત્ર, મુખ અને કાનના રેાગવાળાને, અતિસાર, પેટ ચડવાનેા રેાગ, પીનસ અને અજીર્ણ રેાગવાળાને તથા તરત જમેલાને નહાવું એ હાનિકારક છે.

નાહ્યાપછી કસરત કરવી. કારણ કે તેથી શરીર હલકું થાયછે, કામ કરવાનું સામર્થ્ય વધેછે, અને જઠરાગ્નિ પ્રદીપ્ત થાયછે. તે કસરત શીઆળામાં તથા વસંતઋતુમાં મુખ્યત્વે

કરીને કરવી અને બીજી ઋતુઓમાં ઘણી થોડી તથા હલકી કસરત કરવી. કારણકે અતિ કસરત કરવાથી ક્ષય, પ્રતમક નામે શ્વાસ, રક્તપિત્ત અને સત્વહાનિ થાયછે. રક્તપિત્ત રોગવાળાએ, બાળકે, અને અજીર્ણવાળાએ, કસરત કરવી નહિ. બળવાન તથા ચિકાસવાળું ભોજન જમનારાએ અરધા બળથી કસરત કરવી અને તે થાકતા પહેલાં પડતી મૂકવી. કસરત કરવાથી જલદીથી શરીર શિથિલ થતું નથી તથા કસરત કરનાર માણુસને વૃદ્ધાવસ્થા જલદીથી દબાવી દેતી નથી.

કસરત કર્યાપછી અન્ન સારીપેઠે પાચન થઇ ગયું હોય તો શરીરની પ્રકૃતિને માફક આવે એવું તથા માપ પ્રમાણે ખાવું. ખોરાકમાં દૂધ બહુ ઉપયોગી છે. પોષણ કરવાનાં સઘળાં તત્વો દૂધમાં રહેલાં છે. સ્ત્રી, ગધેડી, બકરી, ગાય અને ભેંસ એઓનું દૂધ ઉત્તરોત્તર એકએકથી વધારે પૌષ્ટિક છે; તેમ પચવામાં વધારે ભારી છે. બકરી તથા ગધેડીનું દૂધ નાનાં બચ્ચાંને વધારે માફક

આવેછે. બચ્ચાંને માટે ગાયનું દૂધ વાપરવું હોય તો થોડી સાકર તથા પાણી નાખી પાવું. ઘણા રોગનો આધાર ખોરાકપર છે. વધારે ખોરાક ખવાય તો તે પચતો નથી અને અજીર્ણ થાયછે. કાચું અનાજ ખાવાથી અપચો, ઝાડો, ચુંક, તથા મરડો થાયછે. પૃથ્વીઉપર જુદી જુદી જાતનાં ધાન્યો થાયછે, તેમાંથી કોનો ઉપયોગ કરવો તે કહી શકાતું નથી, પણ જે દેશની જે પેદાશ હોય તેનો ઉપયોગ કરવો. સડેલ, જુનો, બગડેલ તથા વાશી ખોરાક ખાવો નહિ. ભૂખના પ્રમાણમાં ખાવું. જેમ વધારે ખોરાક ખાવાથી વ્યાધિ થાયછે, તેમ કમી ખોરાક ખાવાથી પણ વ્યાધિ થાયછે. જેમ ખોરાકથી વ્યાધિ વધેછે, તેમ ખોરાકથી વ્યાધિ દૂર પણ થાયછે. અન્નના ખોરાકની સાથે શાકભાજીના ખોરાકની પણ જરૂર છે, કારણ કે તેથી કેટલીક જાતના રોગ થતા અટકેછે. ખોરાક બરોબર ચાવીચાવીને ખાવો. ભૂખથી વધારે ઠાંસીને ખાવું નહિ. દરરોજ મુ

કરર વખતે ખોરાક લેવો, અને તેનો વખત ઘડી ઘડી ફેરવવો નહિ. દરરોજ એકજ જાતનું ભોજન લેવું નહિ. જમતી વેળા મનને ખુશી રાખવું તથા થોડી વાતચિત કરતા જવું. ઘણો થાક ચડેલો હોય ત્યારે ખોરાક લેવો નહિ. જમ્યા પછી તરત શરીરને કે મનને ઘણી મેહેનત આપવી નહિ. લાંબો વખત ભૂખ્યું રહેવું નહિ. જમ્યા-પછી પંદર યા વીશ મિનિટ રહીને પાણી પીવું, અને તે શુદ્ધ પાણી પીવું. શુદ્ધ પાણી શરીરને સુખકારી છે અને અશુદ્ધ પાણી શરીરને દુઃખ-કારી છે. ખરાબ પાણીથી અજીર્ણ, અતિસાર, મરડો, કોગળીઉં, વિષમજવર, ગડગુમડાં, પ-થરીનો રોગ, ચામડીના રોગોવગેરે ઉત્પન્ન થાયછે માટે જેમ બને તેમ વધારે સ્વચ્છ પાણીનો ઉપયોગ કરવો. જે પાણી કાદવથી મેલું થએલું હોય તથા લીલ, ઘાસ, પાંદડાંવગેરેથી છવાઈ ગએલું હોય અને સૂર્ય કે ચંદ્રનાં કિરણ જેના પર પડતાં ન હોય તેવું, તરતનું વરસેલું, અસ્વચ્છ,

માટીવગેરે મિશ્ર થવાથી જાડું થએલ, ભારે, ફીણવાળું, જેમાં જીવડા પડ્યા હોય તેવું, તડકે તપેલું, તથા અતિ ઠંડું પાણી પીવું નહિ. જેનો જઠરાગ્નિ મંદ હોય કે જેને ગુલ્મ, પાંડુ, ઉદર-રોગ, અતિસાર, અર્શ, ગ્રહણી, અને સોજો એવા રોગ હોય તેણે પાણી પીવું નહિ, પણ તરસ ન વેઠાયાથી પીવું પડે તો ઘણું થોડું પીવું. તનદુરસ્ત માણસે પણ શરદ તથા ગ્રીષ્મઋતુ સિવાય બાકીના કાળમાં થોડું થોડું પાણી પીવું. રોગી માણસને પાણી પીવું પડે તો ઉકાળેલું પાણી ઠંડું થયા પછી પીવું. પાણી ભોજનના મધ્યમાં પીવું કારણ કે તેથી ધાતુ સમાનતાને પામીને શરીર સુખાકારી અવસ્થામાં રહેછે. ભોજનને અંતે પાણી પીવાથી આમાશયમાં કફની વૃદ્ધિ થઇને તે કફ આમાશયની ઉપરની તરફ રહેછે તથા કફની વૃદ્ધિ થવાથી શરીર જાડું થાયછે. ભોજનપહેલાં પાણી પીવાથી જઠરાગ્નિ મંદ થાયછે. એ રીતે અંતમાં

પાણી પીવાથી કફ વધેછે તથા પહેલાં પાણી પીવાથી જઠરાગ્નિ મંદ થાયછે માટે ભોજનના મધ્યમાં પાણી પીવું એ અભિપ્રાય છે.

વાયુસ્ત્રાવ, ઝાડો, મૂત્ર વગેરેની શંકા થતાં તેને બળાત્કારે પ્રેરવાં નહિ તેમ જ તેને અટકાવવાં પણ નહિ; કારણ કે વાયુ, ઝાડો, પેસાબ, છીંક, તરસ, ભૂખ, ઉંઘ, હાંસો, મહેનતથી ચડેલો શ્વાસ, બગાસું, આંસુ, અને વીર્યપાત એ અટકાવવાથી મનુષ્ય વ્યાધિગ્રસ્ત થાયછે; તે એવી રીતે કે વાયુ અટકાવવાથી ગોળો ચડવાનો વ્યાધિ, ઉદાવર્ત્તની પીડા, ગ્લાનિ અને વાયુ એ રોગો ઉત્પન્ન થાય છે; નેત્રનું તેજ અને જઠરાગ્નિ નાશ પામેછે તથા છાતીના રોગો ઉત્પન્ન થાયછે. ઝાડો રોકવાથી કુલાના માંસમાં દરદ, સળેખમ, માથું દુખવું, શરીરના ઉપરના ભાગમાં વાયુનો પ્રકોપ, પરિકર્ત્ત, છાતીનું બીંસાવું, મોઢેથી ઉલટી અને ઝાડો પડવો એ રોગો પ્રાપ્ત થાયછે. મૂત્ર રોકવાથી શરીરમાં કળતર, પથરી

પેડુ, ઉપસ્થ અને અંડકોષ એ જગોએ વેદના વગેરે રોગને પ્રવેશ કરવાનો રસ્તો મળેછે. ઓડકાર રોકવાથી અરૂચિ, કંપ, છાતી અને હૃદયનું ભીંસાવું, પેટ ચડવું, ઠાંસો, હેડકીવગેરે રોગ ઉત્પન્ન થાયછે. છીંક રોકવાથી માથું દુખવું, ઈંદ્રિયોની નબળાઈ તથા અર્દિત નામે વાયુનો રોગ થાયછે. ભૂખ રોકવાથી અરૂચિ, ગ્લાનિ અને કૃશતા ઉપજેછે; જઠરમા શૂલ થાયછે અને ફેર આવેછે. તૃષા રોકવાથી શોષ, શરીરની શીતળતા, બેહેરાપણું, મોહ, ચકરી અને હૃદયનો રોગ થાયછે. નિદ્રા રોકવાથી મોહ થાયછે અને માથું તથા આંખો ભારે થાયછે. ઠાંસો રોકવાથી ઉધરસ, શ્વાસ, અરૂચિ, હૃદયનો રોગ અને હેડકી થાયછે. શ્વાસ રોકવાથી ગુલ્મ, હૃદયનો રોગ અને મોહ ઉપજેછે. બગાસું રોકવાથી, છીંક રોકવાથી જે રોગ ઉપજેછે તે થાયછે. આંસુ રોકવાથી સળેખમ, આંખમાં, માથામાં, અને હૃદયમાં પીડા, મન્યાસ્તંભ નામે વાતરોગ, અરૂચિ, ભ્રમ અને

ગુલ્મ ઉપજેછે. ઉલટી રોકવાથી રતવા, કોઢ, આંખનો રોગ, ખસ, પાંડુરોગ, તાવ, હાંસો, શ્વાસ, હેડકી, તથા મોઢાઉપર ખીલ અને સોજો થાય છે. વીર્ય રોકવાથી વીર્યનું ઝરવું, ગુહ્ય અવયવોમાં વેદના, સોજો, તાવ, હૃદયની પીડા, પેસાબનો અટકાવ, શરીરમાં કળતર, અંડકોષની વૃદ્ધિનો રોગ, પથરીનો રોગ અને નપુંસકપણું, એવા વ્યાધિ ઉપજેછે.

પાંચ રાત્રિ વ્યતીત થયાપછી નખ ઉતરાવવા, મુછ કતરાવવી તથા હજામત કરાવવી. તેથી પુષ્ટિ, ધન, આયુષ અને કાન્તિની પ્રાપ્તિ થાયછે. પણ યાદ રાખવું કે નાસિકામાંથી કદિપણ વાળ ચુંટાવવા નહિ, કારણ કે તેથી દૃષ્ટિ જલદીથી મંદ થાયછે.

હમેશાં માણુસને શરીરમાં ચાર જાતની ઇચ્છા ઉત્પન્ન થાયછે. તે એ કે, ભૂખ, તરસ, ઉંઘ અને મૈથુનની ઇચ્છા; તેમાં ભોજનની ઇચ્છા બંધ પડવાથી આળસ, અરૂચિ, શ્રમ, આંખનું દુર્બલ-

પણું, ધાતુનો દાહ અને બળનો ક્ષય થાયછે. તરસ તથા ઉંઘવિષે આગળ લખાઈ ગએલું છે. અને સ્ત્રી સમાગમ સંબંધી આ પુસ્તકમાં આગળપર બહુ જ ટુંકામાં લખવામાં આવ્યું છે તોપણ તેનું વિશેષ યોગ્ય જ્ઞાન મેળવવા માટે અતિ સભ્ય ; ભાષામાં લખાયેલું સ્ત્રીસમાગમ નામનું અમારા તરફથી બહાર પડેલું એક નહાનું પુસ્તક વાંચવાની અમો સૌને ભલામણ કરીએ છીએ.

મનુષ્યે સવાર સાંજ એમ બે વખત ભોજન કરવું. વચમાં જમવું નહિ. ભોજનનું પાત્ર સોનાનું, રૂપાનું, કાંસાનું, પીતળનું, યથાશક્તિ રાખવું. પણ માટીના વાસણમાં કદિ જમવું નહિ. કારણકે એ અલક્ષ્મી પ્રાપ્ત કરાવનારૂં છે. ભોજનની શરૂઆતમાં થોડુંક મીઠું તથા આદુ ખાવું, તેથી અગ્નિ પ્રદીપ્ત થાયછે, રૂચિ થાયછે અને જિવ્હા તથા ગળાના દોષનું શોધન થાયછે. ભોજન અતિ ઉનું તથા અતિ ટાઢું ન હોવું જોઇએ. ગુરૂ અન્ન

અરધું પેટ ભરાય તેટલું ખાવું તથા લઘુ અન્ન તૃપ્તિ થાય ત્યાંસુધી ખાવું. ભોજન કરતી વખત બહુ ન બોલવું તથા કોઇની નિંદા કરવી નહિ તથા સાંભળવી પણ નહિ. પેટના બે ભાગ અન્નથી ભરવા, એક ભાગ પાણીથી ભરવો તથા ચોથો ભાગ વાયુના ફરવાહરવામાટે ખાલી રાખવો. અતિ પાણી પીવાથી અન્ન પચતું નથી તેમજ ન પીવાથી એજ દોષ ઉત્પન્ન થાયછે, માટે અગ્નિ પ્રદીપ્ત કરવાની ઇચ્છા રાખનાર પુરૂષે થોડું થોડું પાણી વારંવાર પીવું.

ત્યાર પછી શરીરને અતિ શ્રમ ન પડે તેમ આળસથી રહિત થઇ વ્યવહારનાં કાર્યો કરવાં. જમ્યાપછી તરત કદિ ઉંઘવું નહિ, કારણ કે તેમ કરવાથી કફ કોપેછે, અને અગ્નિનો નાશ થાયછે. જમી લીધા પછી ધીરે ધીરે સો પગલાં ચાલવું, તેથી શરીરને સુખ થાયછે. શયન ડાબી બાજુએ કરવું, ગ્રીષ્મઋતુસિવાય બીજી કોઇપણ ઋતુમાં દિવસે સુવું નહિ.

આયુષના ક્ષયના ભયથી માણુસે કદિપણુ દિવસમાં તેમજ અયેાગ્ય અવસ્થામાં સ્ત્રીસંગ કરવેા નહિ. કહ્યું છે કેઃ—

दिवा मैथुनं वर्जयेत् क्लीबा अल्पवीर्या

अल्पायुषश्च प्रसूयन्ते तस्माद्देतद्वर्जयेत् ॥

દિવસે મૈથુનને‍ા ત્યાગ કરવેા. કારણુ કે તેથી નપુંસક, અલ્પવીર્યવાળાં તથા અલ્પાયુષ છેાકરાં ઉત્પન્ન થાયછે. બીજે ઠેકાણે લખેલ છે કે—

ऊनषोडशवर्षायामप्राप्तः पंचविंशतिम् ॥

यद्याधत्ते पुमान् गर्भं कुक्षिस्थः स विपद्यते ॥

जातो वा न चिरं जीवेज्जीवेद्वा दुर्बलेंद्रियः ॥

સેાળ વર્ષની અંદરની અવસ્થાવાળી સ્ત્રીમાં પ- ચ્ચીશ વર્ષે નહિ પહેાંચેલ પુરૂષ જો ગર્ભાધાન કરે તેા જે બાળક ઉત્પન્ન થાય તે લાંબેા વખત જીવતું નથી અથવા જીવે તેા તેની ઇંદ્રિયેા દુર્બળ રહેછે.

तस्मादत्यंतबालायां गर्भाधानं न कारयेत् ॥

તેટલા માટે અત્યંત બાળક સ્ત્રીમાં ગર્ભાધાન

કરવું નહિ. તેમજ

अतिवृद्धायां दीर्घरोगिण्यां अन्येन वा
विकारेणोपसृष्टायां गर्भाधानं नैव कुर्वीत ।
पुरुषस्याप्येवंविधस्य त एव दोषाः संभवन्ति ॥

અતિ વૃદ્ધ, ઘણા કાળથી રોગિણી અથવા એવા બીજા કોઇપણ વિકારથી યુક્ત સ્ત્રીમાં ગર્ભ ધારણ કરવો નહિ. એ પ્રમાણે પુરૂષનું પણ સમજવું. આ ઉપરથી ખુલ્લું જણાયછે કે પુરૂષે ક્યારે પરણવું તથા સ્ત્રી પુરૂષવચ્ચે કેટલા વર્ષનો તફાવત રાખવો જોઇએ. પણ હાલમાં તે પ્રમાણે કોઈ વર્તતું નથી, અને તેથી જ આપણી આર્યપ્રજા દુર્બળ થતી જાયછે. આ વિષે લખવા માંડીએ તો પારજ ન આવે માટે પાછો મારી મૂળ મતલબઉપર આવું છું.

નવું અન્ન, જમવામાં દૂધનો ખોરાક, ઘી, તથા ઉના પાણીથી નહાવું એ પ્રાણને આપનારાં છે. તથા વૃદ્ધ સ્ત્રી, તાજું દહીં, પ્રાતઃકાળમાં મૈથુન તથા નિદ્રા એ જલદીથી પ્રાણનો નાશ કરનાર છે.

સંધ્યાકાળ, પ્રાતઃકાળ, અમાવાસ્યા, પૂર્ણિમા, ગાય છોડતી વખત અને મધ્યરાત્રિએ કદિ પણ સ્ત્રીના સંબંધમાં આવવું નહિ. ભુખ જમેલાએ, દરદીએ, તૃષાર્ત્ત કે બાળકે પણ સ્ત્રીસંગ કરવો નહિ. રજસ્વલા, મલિન, કદરૂપી, વર્ષે મોટી, રોગપીડિત, વ્યંગ, દ્વેષ કરનારી, યોનિરોગથી યુક્ત, સગોત્ર, ગુરૂપત્ની, પરસ્ત્રી અને વિરક્ત; એવી સ્ત્રીઓના સંબંધથી દૂર જ રહેવું. ગર્ભિણી સ્ત્રીના સંબંધથી દૂર રહેવું. પ્રસવ થયાપછી એ મહિનાસુધી સ્ત્રીના સંબંધમાં આવવું જ નહિ. રજસ્વલા સ્ત્રીના સમાગમથી નેત્ર તથા કાન્તિનો નાશ થાયછે. ગર્ભિણી સ્ત્રીના સંબંધથી ગર્ભને ઘણી પીડા થાયછે. રોગી સ્ત્રીના સમાગમથી બળનો ક્ષય થાયછે. અને અતિ સંબંધથી ઉધરસ, જ્વર, દમ, કૃશપણું, પાંડુરોગ અને ક્ષય વગેરે રોગો ઉત્પન્ન થાયછે.

સર્વ પ્રાણીઓની તમામ પ્રવૃત્તિઓ સુખને અર્થે માનેલી છે, અને સુખ ધર્મવિના મળતું

નથી, માટે ધર્મમાં તત્પર રહેવું. આપણું શુભ ઇચ્છનાર મિત્રોનું પ્રેમથી સેવન કરવું તથા શત્રુઓથી વેગળે રહેવું. પ્રાણીઓનો ઘાત, ચોરી તથા વ્યભિચાર એ ત્રણ પ્રકારનું કાયિક પાપકર્મ; ચાડીઆપણું, કઠોર વચન, અસત્યવચન અને અમર્યાદ ભાષણ એ ચાર વાચિક પાપ તથા પ્રાણીની હિંસા કરવાનો વિચાર, અદેખાઇ, અને શાસ્ત્રદૃષ્ટિએ વિપરીત જણાય તેવા વિચાર એ ત્રણ માનસિક પાપ, એમ દશ પ્રકારનાં પાપ કર્મ શરીર, વાણી અને મનવડે થાયછે તે તજવાં. જેને કાંઇ આજીવિકા ન હોય, જેઓ વ્યાધિગ્રસ્ત હોય તથા જેઓ કાંઇ દુઃખ આવી પડવાથી શોકાતુર હોય તેમની શક્તિપ્રમાણે સંભાવના કરવી. કીડા અને કીડીઓસરખાંને પણ હમેશાં પોતાના સમાન જોવાં. મતલબ કે સુખ દુઃખાદિક લાગણીઓમાં તેઓ પણ પોતાના સમાનજ છે, એમ જાણી તેમનાપ્રત્યે વર્ત્તવું. કીડીકીડાને પણ આત્મસમાન ગણવાં તો પછી પશુ-

પક્ષી અને મનુષ્યપ્રત્યે તેવી વર્ત્તણુક રાખવી એ તો સ્પષ્ટ જ છે. દેવ, ગાય, બ્રાહ્મણ, વૃદ્ધ, વૈદ્ય, રાજા અને અતિથિ એમનું પૂજન કરવું. વૃદ્ધ એટલે કેવળ વયોવૃદ્ધ જ ન સમજવા, પણ શીલ-વૃદ્ધ, જ્ઞાનવૃદ્ધ વગેરે પણ જાણવા. રાજા શબ્દ-વડે તેણે અધિકાર આપેલા પુરૂષો પણ જાણવા. યાચકને ના કહી વિમુખ કરી કાઢવો નહિ. તેનું અપમાન ન કરવું. શત્રુ અપકાર કરવામાં તત્પર હોય એમ છતાં તેનાપર ઉપકાર કરવાની ટેવ રાખવી. ઉપકાર કે અપકાર કરવામાં સર્વદા કોઇ સફળ થતું નથી. પણ તેવો પ્રસંગ મળી આવે છે ત્યારે જ બની આવેછે. માટે ઉપકાર કરવા-ની તક ઈશ્વરકૃપાએ મળી આવે તો તે શત્રુ-પ્રત્યે હોય તોપણ ખોવી નહિ.

સંપત્તિ વિપત્તિમાં સદા એકસરખું મન રાખવું, એટલે સંપત્તિમાં હર્ષ ન પામવો, કે મદાંધ ન થવું, તેમ વિપત્તિમાં શોક ન રાખવો કે દીન ન થવું.

ઇર્ષ્યા કારણઉપર કરવી, ફળ ઉપર નહિ; મતલબ કે વિદ્યાદિ ગુણથી માન મળેછે તો વિદ્વાનનું માનભંગ કરવાની ઇચ્છા ન રાખતાં તે માનનો હેતુ જે વિદ્યા તે પોતાનામાં લાવી તેના બરોબર થવા ઇચ્છા રાખવી. એમ કરેલી ઇર્ષ્યા દુર્ગુણ નહિ પણ ગુણરૂપ થાયછે.

પ્રસંગ આવે ત્યારેજ બોલવું; અને તે હિતકર થોડું, સાચું તથા કર્ણપ્રિય બોલવું; પ્રથમ બોલનાર થવું, હસમુખા, સદાચરણી તથા દયાથી કોમળ થવું. એકલા સુખ ભોગવી ખુશી ન થવું. સર્વ જગોએ વિશ્વાસુ તેમ જ વહેમી પણ ન થવું. કોઈ માણસ મારો શત્રુ છે કે ફલાણાનો હું શત્રુ છું, એમ કોઇ દિવસ કોઇની આગળ પ્રકટ ન કરવું. પોતાનું કે પારકું અપમાન થયું હોય તે પણ પ્રકટ ન કરવું. સામા માણસની પ્રકૃતિ જોઇને જે માણસ જેમ ખુશી થાય તેમ તેની સાથે વર્ત્તવું. ધર્મ, અર્થ અને કામ એ ત્રણેમાં એકે ન થતું હોય એવો ઉદ્યમ કરવો નહિ. આચારમાં

મધ્યમ માર્ગે ચાલવું. એકાદ જગોએ છેક જ આસક્તિ કરી દેવી નહિ. મૈત્રી સારા પુરૂષો સાથે જ રાખવી. ઉદ્યમથી કદી પાછા હઠવું નહિ. મનના વેગ તેમ જ સ્વાભાવિક વેગને ધારણ કરવા નહિ. ઇંદ્રિયોને પીડા આપવી નહિ તેમ તેઓને અતિ લડાવવી નહિ. બળવાનની સાથે યુદ્ધ ન કરવું. માથે ભાર કદી ઉપાડવો નહિ. શત્રુનું તથા ગણિકાનું અન્ન કદિ પણ ખાવું નહિ. કોઇના જામીન થવું નહિ. ખોટી સાક્ષી આપવી નહિ. જુઠું કદિ બોલવું નહિ. જુગારીથી દૂર રહેવું. અયોગ્ય સ્ત્રીઓનો વિશ્વાસ કરવો નહિ તથા તેમને સ્વતંત્રતા આપવી નહિ. એ પ્રમાણે સદાચારમાં તત્પર રહી દિવસ ગુજારવા.

ચિકિત્સાપ્રકરણ.

ઘણા મનુષ્યો એમ જ સમજેછે કે જો આયુષ હોય તો ચિકિત્સાની કાંઈ જરૂર નથી; કારણ કે આયુષ એજ જીવવાના કારણરૂપ છે.

માટે ચિકિત્સાની શી જરૂર છે? પણ તેઓ સમજતા નથી કે આયુષ હોય તોપણ ચિકિત્સાનું ફળ વેદના અટકે એ છે. તેવિષે ચરક નામના વૈદ્યકશાસ્ત્રમાં લખ્યું છે કે,

सति चायुषि नोपायं विनोत्थातुं क्षमो रुजी ॥
दर्शितश्चात्र दृष्टांतः पंकलग्नो यथा गजः ॥

અર્થ—કોઇ હાથી કાદવમાં ખુંચી ગયો હોય તે જેમ નિકળી શકતો નથી, તેમ આયુષ છતાં પણ રોગી ઉપાય કર્યા વિના ઉઠી શકતો નથી. માટે આયુષ છતાં જો ચિકિત્સા કરવામાં ન આવે તો રોગી મરણ પામેછે. વળી કેટલાએક વૈદ્યશાસ્ત્રીઓના એવા મત છે કે દરદી શ્વાસ લેતો હોય તોપણ ચિકિત્સા તો કરવી. એની મતલબ માત્ર એટલીજ સમજવી કે જો દરદના અસાધ્યપણામાં સંદેહ હોય તો તેની ચિકિત્સા કરવી; પણ શાસ્ત્રદૃષ્ટિથી અને અનુભવથી જો અસાધ્ય જણાય તો તેની ચિકિત્સા કરવી નહિ. કહ્યું છે કે,—

सद्वैद्यास्ते न येऽसाध्यानारभन्ते चिकित्सितुम् ॥

જેઓ અસાધ્યની ચિકિત્સા કરવાનો આરંભ ન કરે તેઓને જ સારા વૈદ્ય જાણવા.

વૈદ્ય જે પદાર્થથી રોગને મટાડે તે પદાર્થ ઓષધ કહેવાયછે. તે ઓષધ કેવું હોવું જોઇએ તે વિષે આગળના વિદ્વાન વૈદ્યોનો નીચે પ્રમાણે મત છે.

જે ઓષધ સારી જગામાં ઉત્પન્ન થએલું, સારા દિવસમાં લીધેલું, થોડી માત્રા છતાં ઘણો ગુણ કરનારૂં, યોગ્ય ગંધવાળું, યોગ્ય વર્ણવાળું, દોષને હણનારૂં, શરીરમાં ગ્લાનિ નહિ આપનારૂં, અને વધારે દેવાઈ જાય તોપણ વિકારવગરનું હોય તે ઓષધ જોઈ વિચારીને સમયસર દેવામાં આવે તો તેથી ગુણ થાયછે.

વ્યાધિની ગુરૂતા તથા વ્યાધિની અલ્પતા, આકૃતિ, ધૈર્ય અને દેહ તથા બળ અને નિર્બળતાના પ્રમાણમાં વિપરીતપણે દેખાયછે માટે વૈદ્યે સાવધાન થવું જોઇએ. જેઓ નામના જ માત્ર વૈદ્ય હોયછે તેઓ વ્યાધિની આકૃતિ માત્ર જોઇને ગુરૂવ્યા-

धिने लघु मानेछे तथा दोष बहु अल्प छे एम मानी चिकित्सा करवामां भूल थायछे; अने व्याधि भारे छतां पण अल्प व्याधिने योग्य हलकुं तथा ओछुं औषध आपेछे. आ प्रमाणे लघु व्याधिने आकृति मात्रथी भारे व्याधि मानी भारे व्याधिने योग्य औषध आपेछे अने एम थवाथी रोगीनुं अहित थायछे. ए प्रमाणे रोगीनी गति न जाणी शकाय एवी छे. माटे निरंतर आयुर्वेदना अभ्यासमां तत्पर रही तेने अनुसरी तथा पोताना बुद्धिबळथी रोगनो निश्चय करी एवुं औषध आपवुं के जेथी रोग नकी मटी जाय. औषध खावाना दश काळ वैदकशास्त्रमां कहेला छे. १ औषध खाइने पची गया पछी अन्न खावुं. २. औषध खाइने तरतज अन्न खावुं. ३. भोजनना मध्यमां औषध खावुं. ४. भोजनना अंतमां औषध खावुं; ५. एक कोळीयो खाइने औषध खावुं, पछी बीजो कोळियो खाइने औषध खावुं; ए प्रमाणे अनेक

કોળિયા પછી ઔષધ ખાવું. ૬. કોળીયા ભેગું ઔષધ ખાવું. ૭ આખો દિવસ વારંવાર ઔષધ ખાવું. ૮. ભોજનની સાથે મેળવીને ઔષધ ખાવું. ૯ જમ્યા પહેલાં અને જમ્યા પછી ઔષધ ખાવું. ૧૦ રાત્રે સુતી વખતે ,ઔષધ ખાવું.

જે રોગમાં કફ કોપ્યો હોય અને રોગ બળવાન હોય, તથા રોગી પણ બળવાન હોય તથા ઔષધ ખાધા પછી તે પચી જાય ત્યારે અન્ન ખાવું. અપાનવાયુ કોપ્યો હોય ત્યારે ઔષધ ખાઇને તરત ભોજન કરવું; સમાન વાયુ કોપ્યો હોય ત્યારે ભોજનની મધ્યમાં ઔષધ ખાવું; વ્યાન વાયુ કોપ્યો હોય ત્યારે ભોજનના અંતમાં ઔષધ ખાવું; પ્રાણવાયુ કોપ્યો હોય ત્યારે કોળીએ કોળીએ ઔષધ ખાવું; ઓકારી, હેડકી, તરસ, શ્વાસ, ઠાંસો, વગેરે રોગોમાં વારંવાર ઔષધ ખાવું; નાના પ્રકારની અરૂચિમાં અન્નની સાથે ઔષધ ખાવું. કંપવાયુ, આક્ષેપનામે વાયુ, અને

હેડકીના રોગમાં રોગીએ હલકું અનાજ ખાવું તથા ભોજનની પહેલાં અને પછી ઔષધ ખાવું. કંઠના ઉપરના ભાગમાં રોગ થયો હોય તો રાત્રે સુતી વખતે ઔષધ ખાવું,

ઔષધો, તેના ગુણ, બનાવટ, તથા માત્રા.

અજમો–ઉપયોગ–ચુંક, અજીર્ણ, પેટના વાયુ, ઉલટી, અજીર્ણથી થએલો ઝાડો, કોલેરાનો ઝાડો વગેરે દરદો ઉપર અપાયછે. માત્રા વાલ ૫. ઝીણો ભૂકો કરી પાણીસાથે ઉતારી જવો.

અતિવિષની કળી–(અતવશેકની કળી) મુખ્યત્વે કરીને સતતજ્વર અને આંતરીઆ તાવઉપર વપરાયછે, તથા ચૂંક, ઉલટી, તૃષા, કરમ, હરસ, વગેરે દરદો ઉપર અપાય છે. માત્રા–મોટા માણુસને માટે તાવમાં વાલ ૫, ઉના પાણી સાથે દર ત્રણ ત્રણ કલાકે તાવ હોય ત્યાંસુધી આપવું. બાળકનાં દરદો જેવાં કે, તાવ, ઉધરસ, દમ,

શ્વાસ. ભરાઈ આવવું, વગેરે ઉપર વાલ ૧, ભૂં- ટો કરી મધ સાથે મેળવી દિવસમાં ત્રણ વખત આપવું. આ દવા બાળકોના દરદો માટે અતિ ઉત્તમ છે.

અફીણ—ઉપયોગ—ઝાડો, ઉલટી, ખાંસી, દમ વગેરે ઉપર અપાયછે. હરસ દુઝતા હોય અને તે જગાએ સોજો હોય અને હાથ લગાડવાથી મૂળ દ્વાર ગરમ લાગતું હોય તો ચોખાના લોટ- માં થોડું અફીણ મેળવી પોટીસ બનાવી બાંધવી; તેથી સોજો ઉતરેછે અને દુઃખ ઓછું થાયછે. ઉના પાણી સાથે થોડું અફીણ મેળવી તે પાણીનો શેક કરવાથી દુઃખતી આંખો મટેછે, અને આં- ખનો સોજો ઉતરેછે. દાઢમાં કોતર પડી દુખાવો થયો હોય તો એક ઘઉંના દાણાભાર અફીણને કોતરમાં મૂકી રાખવું અને લાળ બહાર કાઢી નાખવી. કાનમાં ચસકા નીકળતા હોય તો એક ભાગ અફીણ અને દશ ભાગ મીઠું તેલ મેળવી તે તેલને ગાળી લઈ તેનાં બે ત્રણ ટીપાં કાનમાં

નાખવાં.

દરેક જાતના વા, કમરનો દુખાવો, ગાલપચોરાં, લચક વગેરે દરદો ઉપર એક ભાગ કપુર, ચાર ભાગ મીઠું તેલ અને એક ભાગ અફીણ સાથે મેળવી દુખતા ભાગ ઉપર સહન થાય તેમ ચોળવું. આ તેલ મોટી ઉધરસ થએલ છોકરાંને વાંસાપર ઘસવાથી ઘણો ફાયદો કરેછે. સાદા ઝાડા તથા લોહીના ઝાડા ઉપર એક વાલ અફીણ અને છ વાલ અતવશેકની કળીનો ભૂકો મધમાં મેળવી ચોવીશ ગોળી વાળવી. અને તેમાંથી એક ગોળી દિવસમાં ત્રણ વખત પાણી સાથે આપવી. ખાંસીને માટે પણ આ ગોળી ઘણો સારો ફાયદો કરેછે. કાંઇપણ અકસ્માતથી પ્રસવ થયો હોય, અને તેથી રૂધિરસ્રાવ અને વેદના બહુ થતાં હોય તો ફકત એક વાલ અફીણની છ ગોળી કરી દર ત્રણ ત્રણ કલાકે એકેકી ગોળી આપવી. આંચકી ઉપર, ઉપરની ફકત અફીણની ગોળી મોટા માણસને કલાકે કલાકે તથા બાળકને બબ્બે કલાકે

એક એક આપવાથી ઘણુંજ ફત્તેહમંદ પરિણામ આવેછે. મધુપ્રમેહમાં પણ ઉપરની ગોળીથી ઘણો સારો ફાયદો થવાનો સંભવ છે. છોકરાંને આમણુ (પુંઠ) નીકળતી હોય તો અરધો વાલ અફીણ તથા એક વાલ કોકમનું ઘી સાથે મેળવી ગોળી બાંધી મૂળદ્વારમાં ચડાવવી. તેથી આમણુ બેસી જાયછે. એજ ગોળી મૂળદ્વારમાં રાખવાથી હરસનું દુઃઝવું બંધ થાયછે.

આકડો—ઉનાળામાં આકડાનાં મૂળીઆં કાઢી ધોઇ સાફ કરી છાંએ સુકવી ઉપરની છાલ કાઢી લેવી. પછી છાલનો ભૂકો કરી તે ભૂકો મજબુત બુચવાળી બાટલીમાં રાખી મૂકવો. ઉપયોગ—ઉલટી કરાવવી હોય તો આ ભૂકો આશરે ૭ વાલ મોટી ઉમ્મરના માણસને ગરમ પાણીમાં આપવો, તેથી ઉલટી બહુ થાયછે. વળી એજ ભૂકો અરધો વાલ, મધ સાથે આપવાથી વાતરક્ત (પત) ઉપદંશ, નબળાઇ, ઝાડો, મરડો, સંધિવા, આંચકી વગેરે દરદોને દૂર કરેછે. વળી આ ભૂકો

વાલ ૩, મધ સાથે મેળવી ચાટવો. તેથી તરતનો થયેલો લોહીનો ઝાડો દૂર થાયછે. આ દવા ખાધા પછી એક કલાક સુધી પાણી પીવું નહિ, તથા બીછાનામાં ચતું સુઇ રહેવું. આ આકડાની છાલનો ભૂકો વાલ ૧ તથા અફીણ વાલ ૧ મધ સાથે મેળવી ૭ ગોળી કરી તેમાંથી એક એક સાંજ સવાર ઉપર લખેલા દરદોઉપર આપવી.

એરંડીઉં તેલ—એરંડ તેલ જુલાબની ઘણી જ સરસ દવા છે. મુખ્યત્વે કરીને બચ્ચાંઓને માટે અને પ્રસવ થયા પછી સ્ત્રીઓને માટે ઘણું ઉપયોગી છે. એકથી દશ વર્ષની અંદરનાં છોકરાંને માટે રૂા. ૧ ભાર, દૂધ સાથે પાવું અને મોટી ઉમ્મરનાં માણસોને ૨ રાા ભાર, દૂધ સાથે પીવું. બાળકને બીજો કોઇ જાતનો જુલાબ નહિ આપતાં ફક્ત એરંડ તેલનો જુલાબ આપવો. વાના દરદવાળાને દર અઠવાડીએ એરંડ તેલનો જુલાબ આપવો.

અજીર્ણ, ચૂંક, મળાવરોધ, ગુલ્મ, મરડો,

ત્વચારોગ, ઈત્યાદિ રોગપર એરંડ તેલનો જુલાબ ઘણોજ ફતેહમંદ છે.

કપીલો—આ દવા ઝીણા કરમઉપર તથા ચપટા કરમ, જેને અંગ્રેજીમાં ટિનિયા, અને ટેપ-વર્મ કરીને બોલાવેછે તેને માટે ઘણી ઉપયોગી છે. મોટી ઉમ્મરના માણસને તોલો અરધ, મધ સાથે આપવી, તેથી ઝાડો ખુલાસેથી આવેછે તથા તેની સાથે થોડો મરડો તથા ઓકારી પણ આવેછે, અને ઘણું કરીને ચોથા ઝાડામાં જીવતા મુવેલ સ્થિતિમાં બહાર નીકળી જાયછે.

કપૂર—કપૂરનાં તેલની બનાવટ—એક ભાગ કપૂર તથા ચાર ભાગ મીઠું તેલ, બન્ને સાથે મિશ્રિત કરવાં. આ તેલ જુનો સંધિવા, કમરનો દુખાવો, સાંધાનો સોજો, ગાંઠનો સોજો, લચક, કચર અને ઘણું કરીને સ્ત્રીઓ જ્યારે સગર્ભા તથા રજસ્વલા થાયછે ત્યારે તેમને કમરમાં જે દુ-ખાવો થાયછે તેનાપર ઘણું ઉપયોગી છે. આ તેલ સાંજ સવાર દશ મિનિટ સુધી દુખતા ભાગ

ઉપર સારી પેઠે ચોળવું. જુના સાંધવાવાળાએ ૭ વાલ કપૂર અને એક વાલ અફીણ સાથે મેળવી તેની ૭ ગોળી કરવી; અને તેમાંથી હમેશાં એક એક સાંજે સુતી વખત ગળવી. આ ગોળીથી ઘણોજ પસીનો છૂટેછે અને દરદ શાંત થાયછે. આ ગોળીથી જ્યારે ઘણો પસીનો થાય ત્યારે કપડાં બદલવાં. દમને માટે અરધો વાલ કપૂર અને અરધો વાલ હીંગ બન્ને સાથે મેળવી એક ગોળી કરવી. આ ગોળી ત્રણ ત્રણ કલાકે દમના દરદીને દમ ચડેલ હોય ત્યારે આપવી. વળી આ ગોળી છાતીના અતિશય દુખાવાને શાંત કરેછે. ઉપર બતાવેલી કપૂર અને અફીણની ગોળી બધી જાતના ધાતુવિકારના રોગોઉપર હમેશાં અરધી અરધી સાંજે સુતી વખત આપવી. તેમજ એ ગોળી પ્રમેહનાં દરદમાં જ્યારે નસનો દુખાવો અથવા તાણ થાયછે ત્યારે આપવી; તેથી નસનો દુખાવો તરત શાંતિ પામેછે, અને તાણ આવતી નથી. અર-

ધી ગોળીથી ફાયદો ન થાય તો એક એક ગોળી આપવી. સ્ત્રીઓને ગર્ભાશય અને સ્ત્રીઅંડમાં ચસકા આવતા હોય ત્યારે ફક્ત એક વાલ કપૂરની ગોળી ગુહ્ય ભાગમાં પેરવી.

પ્રસવ થયાપછી કોઇ વખત સ્ત્રીઓને આંચકી થઈ આવેછે. ત્યારે રૂ. રાા ભાર એરંડ તેલ લઇ તેમાં એક વાલ કપૂર મેળવી ગરમ પાણી સાથે પાવું. જીર્ણજ્વર, અછબડાં, તાવ, શીળી, અને ઓળીમાં જ્યારે દરદી બકેછે, ઉંઘ આવતી નથી અને સન્નિપાતજેવાં ચિહ્ન જણાયછે ત્યારે ઉપર બતાવેલી કપૂર અને હીંગની ગોળી દરેક ત્રણ ત્રણ કલાકે એકેક આપવી ઘણા લાંબા કાળ સુધી ખાટલામાં પડી રહેવાથી શરીરમાં ભાઠાં પડેછે ત્યારે થોડા કપૂરસાથે દેશી દારૂ અથવા બ્રાંડી મેળવી તે ભાગ ધોવા.

કરીઆતુ—ઉત્તમ, કડવી, પૌષ્ટિક, દવા છે: સઘળી જાતની નબળાઇ, અજીર્ણ, અગ્નિમાંદ્ય

વગેરે દરદોઉપર કરીઆતાનો ઉપયોગ નીચે પ્રમાણે કરવો.

કરીઆતાનો અધકચર્યો ભૂકો એક ભાગ લઇ વીશ ભાગ ઉના છણુછણતા પાણીમાં નાખી નીચે ઉતારી ઠર્યા પછી પાણી ગાળી લેવું. તેમાંથી સવાર સાંજ ૨. ૨ા ભાર પીવું.

કાથો—(કેવડીઓ કાથો) તાવ વિનાના સાદા ઝાડામાં ઘણો ઉપયોગી છે. બે વાલ કાથાનો ભૂકો અને તેટલીજ તજ, મધ અથવા ગોળ સાથે મેળવી દિવસમાં ત્રણ વખત આપવું. અને સાંજની વખતે આપવાની આ દવામાં અરધી રતી અફીણ મેળવીને આપવું. આ દવા પુખ્ત ઉમરના માણસને માટેજ છે. બાળકને આપવી હોય તો અરધો વાલ કાથાનો ભૂકો અને અરધો વાલ તજનો ભૂકો મધ અથવા ગોળ સાથે મેળવી આપવું.

કોઇ પણ જાતની પારાની દવાથી મોઢામાંથી લાળ પડતી હોય અથવા મોઢામાં ચાંદાં પડ્યાં

હોય અથવા અવાળુ ચડ્યાં હોય તો કાથાનો એક નાનો કટકો મોઢામાં રાખવો. તેમજ સાદ બેસી ગયો હોય તો ગરમ પાણીમાં કાથો મેળવી કોગળા કરવા.

દાઢના સડી જવાથી તેમાં દુખાવો થતો હોય તો દાઢની અંદર કાથાની કણી દબાવવી. જુનાં સડતાં ચાંદાં, ચાંદી, ધારાં, તથા ગધાતું પરૂ નીકળતું હોય તેવાં ધારાંને વાસ્તે નીચે લખેલા કાથાના મલમનો ઉપયોગ કરવો. એકસો પાણીથી ધોએલ ઘી આઠ ભાગ લઇ, તેમાં એક ભાગ કાથાનો લૂગડેથી ચાળેલો બારીક ભૂકો તથા પા ભાગ મોરથુથુનો ઝીણો ભૂકો મેળવી ઘુંટીને મલમ કરવો, અને તે ઉપર જણાવેલાં દરદોઉપર પટી કરી લગાવવો.

કારીખાર—આ એક અમૂલ્ય દવા છે, તેનો ઉપયોગ જુદાંજુદાં દરદોઉપર જુદેજુદે પ્રકારે થાયછે.

આંખ દુખવા આવી હોય તો એક રતી કારીખારને અઢી રૂ. ભાર ગુલાબજળમાં મેળવી

તેમાંથી બે ચાર ટીપાં આંખમાં સવાર સાંજ નાખવાં. આ દવા ફૂલાંને પણ સારો ફાયદો કરે છે. કાન વહેતો હોય તો કાનને ઉના પાણીની પીચકારીથી ધોઇ સારૂ કરી, ઉપરનાં કારીખારનાં પાણીનાં બે ત્રણ ટીપાં કાનમાં નાખવાં. ચાંદાં, ધારાં, મોઢાનાં છાલાંઅને ચાંદીઉપર કારીખાર વાલ ૨) તથા ગુલાબજળ રૂ. ૨ાા ભાર સાથે મેળવી ચોપડવું. પ્રમેહમાં રસી બંધ કરવામાટે અરધી રતી કારીખાર તથા ગુલાબજળ રૂ. ૨ાા ભાર મેળવી પીચકારી મારવી. હરકોઇ જગાપર મસ થયો હોય તો તે જગાપર જરા સ્વચ્છ પાણીનું ટીપું મૂકી તેનાપર કારીખારની કટકી ચોપડવી, આમ થોડા દિવસ કર્યાથી મસ બળી જાયછે. દાદર અને ખરજવાંઉપર પાણી ચોપડી કારીખારની કટકી ઘૂંસવી, જ્યારે પોપડા બંધાઇ જાય ત્યારે ઘઉંના લોટની પોટીસ કરીને દાદર તથા ખરજવાંઉપર બાંધવી. એ પ્રમાણે જ્યાંસુધી દરદ નાબુદ થાય

ત્યાંસુધી કરવું. કુતરાંવગેરેના ઝેરી ડંખ-ઉપર કારીખાર ચોપડી તે ભાગ બાળી નાખવો. રતવા થયો હોય તો તે વધારે ફેલાવો ન પામે માટે કારીખાસ્ની આજુબાજુ લીંટી કરી જવી. તેમજ વાંસામાં અદીઠ ગુમડું (સાહુ) થયું હોય તો તેની પણ મર્યાદા કારીખારથી બાંધી શકાયછે.

કારીખારની બનાવટની દરેક દવા કાચના મુંચ-વાળી કાળા રંગની શીશીમાં રાખવી. આ દવા શરીરના બીજા કોઇ પણ ભાગપર અથવા લૂ-ગડાંપર ન અડે તેની સંભાળ રાખવી.

કીલ—ધોળો કીલ ૫ ભાગ, કોકમનું ઘી ૮ ભાગ મીણ ૨ ભાગ એ ત્રણે વસ્તુને ધીમી આંચથી સાથે પીગળાવવાં. તમામ સાથે મળી જાય ત્યારે ઉતારી ઠારવાં. પછી તેમાંથી પટી કરી એમે તે જાતનાં ગુમડાં, પાઠાં અને ઘારાંઉપર લગાવવી.

ગળો—ઔષધના કામમાં મુખ્યત્વે કરીને આં-બા, લીંબડા તથા વડ ઉપરની ગળો વાપરવી. ટાઢીયો તાવ, પિત્તજ્વર, જીર્ણજ્વર, ઉપદંશ, હ-

રસ, ત્વચારોગ, કોઢ, નબળાઇ, ખાંસી, દમ, પ્ર-મેહ, ધાતુક્ષય, પ્રદર, રક્તસ્ત્રાવ, સંધિવા વગેરે ઉપર તે બહુ વપરાયછે. તેના ઘણા સારા ગુણ ઉપરથી તેને "અમૃતવલ્લી" કહેછે. અઢી તોલા ગળો કચરીને સવાશેર પાણીમાં નાખી, તેને અ-રધે અરધે કલાકે મસળવું. એમ ચાર વખત મસળ્યાપછી પાણી ગાળી લેવું. તેમાંથી રૂ. ૨ાા ભાર પાણી લઇ તેમાં થોડું મધ નાખી ઉપરનાં દરદોઉપર સાંજ સવાર પીવું.

ગોખરૂ—આ દવા ધાતુક્ષય, અશક્તિ, મૂત્ર-રોધ (પેસાબનું અટકવું), પાણ્વી, પરમીઓ, ઉનવા, તાવ અને અરૂચિઉપર અપાયછે. ગોખરૂને પાણીમાં રાખવાથી ચીકાશ આવેછે. તે પાણીમાં થોડી સાકર નાખી પીવાથી પ્રમેહમાં થતી બળતરા જલદી બંધ થાયછે.

ગંધક—ચામડીના સઘળા રોગોને માટે આ દવા બહુ ઉપયોગી છે, અને તે નીચે પ્રમાણે વપ-રાયછે. એક ભાગ ગંધકનો બારીક ભૂકો અને ૭

ભાગ કોકમનું ઘી બન્ને સાથે મેળવી, મલમ કરવો. આ મલમ ખસઉપર પંદર વીશ મિનિટસુધી ફોલ્લા ફુટી જાય તેવી રીતે ઘસવો. તેમજ બીજાં ચામડીનાં દરદો ઉપર પણ ઉપયોગ કરવો. આ મલમ ઓછામાં ઓછા ચાર કલાક સુધી શરીરપર રહેવા દઇ પછીથી સાબુ તથા ગરમ પાણીવડે ધોઇ નાહી લેવું. જુના સંધિવાને માટે નીચે પ્રમાણે ગંધકનું તેલ વાપરવું.

પાંચ રૂપીઆભાર ગંધકનો બારીક ભૂકો તથા અઢીશેર મીઠું તેલ અને કપૂર તોલા ૫ સાથે મેળવી ખુબ ઘુંટવાં. આ પ્રમાણે તૈયાર થયેલું તેલ વાનાં દરદઉપર ચોપડવું. અર્શ એટલે હરસને માટે શુદ્ધ આમલસારા ગંધકનો બારીક ભૂકો વાલ ૧ થોડા ગુલકંદ સાથે મેળવી દિવસમાં ત્રણ વખત ચાટવો. સંગ્રહણીઉપર પણ આ દવા સારી અસર કરે છે.

ચણકબાબ—આ દવાનો મુખ્ય ઉપયોગ પ્રમેહમાટે છે. જયારે પ્રમેહનાં સખ્ત ચિન્હ

એટલે બળતરા શાંત થાય, ત્યાર પછી તેનો ઉ-પયોગ કરવો. પ્રમેહમાં બળતરા હોય અને ચ-ણકબાબ આપવામાં આવે તો નુકસાન થાયછે. ચણકબાબ તોલા ૫, ફટકડીનો ભૂકો તોલો અરધ, અને કાથાનો ભૂકો તોલા પા મેળવી નવ ભાગ કરવા અને એકેક ભાગ દિવસમાં ત્રણ વખત પાણીસાથે આપવો. આ દવા પ્રમેહ, જુનો પ્ર-મેહ, પ્રદર અને બીજા સ્ત્રીઓનાં યોનિસ્ત્રાવનાં દરદોઉપર આપવાથી ઘણી સારી અસર થાયછે. ઘરડાં માણસોને જુની ખાંસીમાં જ્યારે કફ ઝાજો હોય ત્યારે બબ્બે વાલ ચણકબાબનો ભૂકો દિવ-સમાં ત્રણ વખત આપવો. ઉપરની ફટકડી, કાથો અને ચણકબાબવાળી દવાથી ઘણું કરી-ને ઝાડો કબજ રહે છે. માટે ત્રણ ત્રણ ચાર ચાર દિવસને આંતરે દસ્ત સારૂ લાવવાવાસ્તે છેલ્લે બતાવ્યા પ્રમાણે સોંઠીઆવળની ફાકીનો ઉપયોગ કરવો.

ચિત્રો—સંધિવા, ચસકા, ગ્રથિની વૃદ્ધિ, બ-

શાળની વૃદ્ધિ વગેરે ઉપર જ્યારે ફોલ્લા ઉઠાડવા-ના જરૂર પડેછે, ત્યારે ચિત્રાનો નીચે પ્રમાણે ઉપયોગ થાયછે.

ચિત્રાનું તાજું મૂળ ઘસી ચોપડવું. ચોપડ્યા પછી પાંચ મિનિટે બળતરા શરૂ થાયછે, ને અરધા કલાકસુધી રહેછે. ત્યારપછી ફોલ્લો ઉપ-ડી આવેછે. તે ફોલ્લાને ફોડી નાખી, કેળના પાંદડાંઉપર જરા ઘી લગાડી માથે બાંધી લેવું.

ચુનો—ચુનો ઔષધના કામમાં ઘણો ઉપયોગી છે. પાંચ તોલા કળીચુનો અને દશ રતલ ચોખું પાણી સાથે મેળવી કાચના બુચવાળી બાટલીમાં ભરી ત્રણ ચાર મિનિટસુધી ખુબ હલાવવું. પછી તે બાટલીને સ્થિર રાખવી. જ્યારે તમામ ચુનો નીચે બેસી જાય ત્યારે ઉપરનું આછું એક કાચના બુચવાળી બાટલીમાં રાખી મૂકવું. આ પાણી હમેશાં તૈયારજ રાખવું. કારણ કે તે ઘ-ણા દિવસ સુધી બગડતું નથી. ખાટા ઓડકાર આવતા હોય, છાતીમાં બળતરા થતી હોય, અને

અપચો થયો હોય ત્યારે ઉપર બતાવ્યાપ્રમાણે ચુનાનું પાણી રૂ. રાા ભાર પીવું. ઉલટી થતી હોય ત્યારે એક રૂપીઆભાર આ પાણી તથા દૂધ રૂપીઆ એક ભાર સાથે મેળવી પી જવું. છોકરાઓને તેના પ્રમાણમાં આપવું. શરીરનો કોઈ-પણ ભાગ બળી ગયો હોય, ત્યારે તેનાપર ચુનાનું પાણી તથા તેલ સરખે વજને લઇ સાથે મેળવવું. ધીજેવું થાય ત્યારે દાઝેલા ભાગપર ચોપડવું.

ટંકણખાર (પાટીઓ)–છોકરાંનાં મોઢાંનું આવી જવું, જેને લોકો થુલીઓ કહેછે, તે-ઉપર ટંકણખારનો બારીક ભૂકો વાલ ૧ ત્રણ વાલ મધમાં મેળવી થોડો વારંવાર છોકરાંનાં મોઢામાં ચોપડવો. આ દવા થુલીઆને માટે સર્વોત્તમ છે.

ઘણા લાંબા કાળના ક્ષય અને તાવથી જ્યારે જીભમાં ચીરા પડી જાયછે ત્યારે ઉપર પ્રમાણે ટંકણખાર મધમાં મેળવી જીભ ઉપર ચોપડવો.

સ્તનની ડીંટડીનો સોજો થયો હોય ત્યારે છોકરાંને ધવરાવ્યા પહેલાં અને પછી દશ વાલ ટંકણુખારને ત્રણ તોલા પાણીમાં મેળવી તે પાણીથી ડીંટડી ધોવી.

સ્ત્રીને જણુવાના વખતમાં પીડ ન આવતી હોય અને ઘણી કષ્ટાતી હોય તો પાંચ વાલ ટંકણુખારનો ભૂકો અને બે વાલ તજનો ભૂકો ગરમ પાણીસાથે દર બબ્બે કલાકે પ્રસવ થાય ત્યાંસુધી આપવો. સુવાવડમાં સ્ત્રીને આંચકી થાયછે, ત્યારે એ ટંકણુખાર અને તજની દવાથી સારો ફાયદો થાયછે.

નાનાં બાળકોને જ્યારે આંચકી આવેછે ત્યારે ફુલાવેલ ટંકણુખાર વાલ ૧, ધાવણુ સાથે મેળવી બાળકને પાવાથી આંચકી તરત બંધ થાયછે. આ દવા બાળકની આંચકીને માટે સર્વોત્તમ છે. દાદર અને ખરજવાંમાટે દશ વાલ ટંકણુખાર તથા બે તોલા તેલ સાથે મેળવી દાદર અને ખરજવાં ઉપર ચોપડવું. ચાંદાં, સડેલાં

ધારાં અને ફુટેલી બદને છ વાલ ટંકણખાર અને ચાર તોલા પાણી સાથે મેળવી ધોઇ નાખવું. હરેક જાતની પેટની ગાંઠમાટે એક વાલ ટંકણખારને ગોળસાથે મેળવી દિવસમાં ત્રણ વખત આપવું. તથા બધી જાતની ગાંઠઉપર ફટકડી, ટંકણખાર તથા હળદી સરખે ભાગે સાથે મેળવી ચોપડવાં. ઉધરસ અને શ્વાસઉપર એક વાલ ટંકણખાર તથા અરધો વાલ પીપર મધમાં મેળવી દિવસમાં ત્રણ વખત ચાટવાં. પુષ્ટિ તથા ધાતુની વૃદ્ધિને માટે એક વાલ ટંકણખારનાં ત્રણ પડીકાં કરી નાગરવેલનાં પાનસાથે દિવસમાં ત્રણ વખત એક એક પડીકું ખાવું. તેઉપર દૂધ, ઘી, વગેરે પૌષ્ટિક ખોરાક ખાવો.

ધતૂરો—ધતૂરાનાં સૂકાં પાંદડાં અને ડાળના ભૂકાને ચલમમાં નાખી પીવાથી ચડેલો દમ બેસી જાયછે. વળી વાનો સોજો, કમરની લચક, દુખતી રસોળી, ડોકનું ઝલાઇ જવું, વગેરે દરદો ઉપર નીચે લખેલું તેલ સારીપેઠે ચોળી શેક

કરવો.

બનાવટ—અઢી તોલા ધતુરાનાં અધકચર્યાં બી અને અઢી શેર મીઠું તેલ, સાત દિવસ સુધી મેળવી રાખી મૂકવાં પછી ચોળીને તેલ ગાળી લઇ ઉપયોગમાં લેવું. વળી એજ તેલ પીડિતાર્તવ-માં સાંધાઉપર અથવા દરદ થતી જગાઓ ઉપર લગાવવું. વળી આ તેલ શરીરના ગમે તે ભાગ-ઉપર ચસકા નીકળતા હોય ત્યાં લગાવવાથી દરદની શાંતિ થાયછે. કોઇપણ જખ્મને લીધે તાણ થઈ દાંતની દોઢ વળી ગઇ હોય તો ઉપરનું તેલ જડબાંની ચારે તરફ ચોળી શેક કરવાથી દાંતની દોઢ ઉઘડી જશે. કોઇપણ જાતના તાવમાં ધતુરાનાં પાંદડાંનો રસ ટીપાં ૧૦ થોડા દહીંમાં નાખી તાવના વખત પહેલાં બે ક-લાકે આપવાં. દવા ખાધા પહેલાં જમી લેવું, કેમકે આ દવા ભુખ્યાં લીધાથી દવાનો જોસ બહુ જ-ણાયછે. બાળકને આ દવા આપવી નહિ. આ દવાથી માથામાં વધારે દુખાવો થાય તો માથાપર

ગાયનું ઘી ઘસવું, તાવ ઉતરી ગયાપછી અના-
જ હજમ થવાસારૂ નીચેની ગોળી વાપરવી.

ધતુરાનાં લીલાં પાંદડાં તથા કાળાં મરી
સરખે વજને લઇ મેળવી મગના દાણા જેવડી
ગોળીઓ કરવી અને સવાર સાંજ જમ્યાપછી
એક એક ખાવી. આ ગોળી ઉધરસ, દમ, શ્વાસ,
ઝાડો, વગેરે દરદોને સારો ફાયદો કરેછે.

નવસાર—સ્તનપાક થવા માંડે ત્યારે બે તો-
લા નવસાર, અઢીશેર પાણીમાં નાખી, મેળવી,
તેની અંદર લુગડાં બોળી તે લુગડાં સ્તનપર
રાખવાં. શરીરના બીજા કોઇપણ ભાગમાં ગડ-
ગુમડ થયાં હોય તો ઉપરના પાણીમાં લુગડું
પલાળી લગાવવાથી સારો ફાયદો થાયછે. તાવ
અથવા બહુ નિશાથી માથું ચડયું હોય ત્યારે
ઉપરના પાણીમાં ભીંજવેલું લુગડું માથે રાખવું.
શીળસઉપર તે પાણી લગાડવાથી ઘણો ફાયદો
થાયછે. શરીરના કોઇપણ ભાગનો દાહ (in-
flammation) થયો હોય ત્યારે તે પાણીમાં

લુગડું ભીંજવી લગાવવાથી દાહ શાંત થાય છે. જુના સંધિવામાં બે વાલ નવસાર, બે તોલા કરીઆતાની ચામાં નાખી દિવસમાં ત્રણ વખત પીવું. એજ પ્રમાણે યકૃત (પેટની જમણી બાજુનું દુખવું) ઉપર પીવાથી સારી અસર થાય છે. કમળામાં ઉપરની દવા આપવી અને બીજે ત્રીજે દિવસે સોનામુખીની ફાકી દસ્ત સાફ લાવવાસારૂ લેવી. ઘરડા માણસની ઉધરસઉપર એક વાલ નવસાર અને એક વાલ જેઠીમધ સાથે મેળવી પાણીમાં પીવા આપવું. છોકરાંની મોટી ઉધરસઉપર અરધો વાલ નવસાર તેટલાજ તજના ભૂકાસાથે મેળવી દરદના પ્રમાણમાં દિવસમાં બે ત્રણ વખત ગરમ દૂધસાથે આપવો. યકૃતના વ્યાધિથી અથવા તાવ ઉતરી ગયા પછી થએલા જળોદરઉપર કરીઆતાનો ચા અને નવસાર, બતાવેલી માત્રાપ્રમાણે દિવસમાં બે ચાર વખત પીવો. વળાના દરદને માટે એક તોલા નવસારનો ભૂકો કરી ગોળમાં મેળવી, નવ-

ગોળી કરવી એને દિવસમાં ત્રણ વખત અક્કેક ખાવી.

નર્પાળો–નેપાળામાંથી જુલાબની ઘણી સારી દવા બનેછે. જેમકે નેપાળાનાં બી ઉપરની છાલ કાઢી લઇ બી દૂધમાં ત્રણ વખત બાફવાં પછી ઉપરની છાલ તથા અંદરના જીભી કાઢી નાખવી. જો જીભી રહી જાય તો મરડો અને ઉલટી થાયછે.

આ પ્રમાણે તૈયાર કરેલ બીનો ભૂકો એક ભાગ અને બે ભાગ કાથાના ભૂકાને સાથે મેળવી મધમાં ખુબ મેળવવાં; અને એક એક રતીની ગોળી કરવી; અને જ્યારે તાણ, આંચકી, ઘેલા પણું, સખત તાવ, જળોદર, વગેરે રોગોમ જુલાબ આપવાની જરૂર પડે ત્યારે ઉપર લખેલી એક ગોળી આપવી. જો આ ગોળીથી મરડો, ઉલટી અને ઘણો ઝાડો થઇ પડે તો લીંબુનો રસ ચુસાડવો, તેથી તુરત આરામ થાયછે.

પીપર–સર્પદંશ અથવા એવા બીજા કોઇ પણ કારણથી આદમી હલાક બની થાકી જાય

ત્યારે નીચે પ્રમાણે મરી અને પીપરનો ક્વાથ બનાવી દર બબ્બે કલાકે પાવો.

અધકચરી પીપર વાલ ૩ તથા અધકચર્યાં મરી વા ૩, ગરમ છણછણતું પાણી તોલા ૨ સાથે મેળવી ઠરી જાય ત્યારે એક વખત પાઇ દેવું, તેથી શરીરમાં કાંટો આવેછે. તાવ, ઝાડો, અરૂચિ, અજીર્ણ, મંદાગ્નિ, હરસ, દમ, ખાંસી વગેરે ઉપર એજ ક્વાથ દિવસમાં બે વખત પાવો.

ફટકડી—છોકરાંની આંખ દુખવા આવેછે ત્યારે ફટકડીનું ટીપું બહુ ગુણકારી થઈ પડેછે. ફટકડી અરધો વાલ તથા બે તોલા ગુલાબજળ સાથે મેળવી, તેમાંથી બે ચાર ટીપાં આંખમાં નાખવાં. જખમમાંથી ઘણું લોહી નીકળતું હોય ત્યારે ફટકડીનો બારીક ભૂકો દબાવી ભીનો પાટો બાંધવો. તેથી જખમ પાકતો નથી, તથા રૂઝ તરત આવેછે. છોકરાંઓને આમણ નીકળેછે ત્યારે માયફળ દશ વાલ લઇ સવાશેર

પાણીમાં ઉકાળવાં. ઠર્યાપછી આઠ ભાગ માયફળ-નેા ઉકાળેા અને બે ભાગ ફટકડીનેા ભૂકેા સાથે મેળવી તેમાં કપડું બેાળી આમણઉપર રાખવું. સંગ્રહણી, અતિસાર, પ્રદર, અતિ આતર્વ અને પેસાબમાં, હરસમાં, તથા નાકમાંથી અને મેાઢામાંથી લેાહી જતું હેાય તેા તે અટકાવવા ફટકડી પીવા અપાયછે. બે વાલ ફટકડી બે તેાલા પાણીમાં મેળવી ઉપરનાં દરદેામાં સવાર સાંજ પીવી. ઉપર લખેલું ફટકડીનું પાણી પીચકારી મારવાના કામમાં તથા કેાગળા કરવામાં પણ ઉપયેાગી છે. મેાઢું આવ્યું હેાય, સાધારણ અથવા પારાની દવા ખાધાથી ચાંદાં પડયાં હેાય, ગળું આવ્યું હેાય, ચેારીઆ સૂજી આવ્યા હેાય તેા ફટકડીના પાણીના કેાગળા કરવાથી દુરસ્ત થાયછે. જુના પ્રમેહ અને પ્રદરમાં ફટકડીના પાણીની પીચકારી મરાયછે. ટાઢીઆ તાવપર એક વાલ ફટકડી ગેાળસાથે મેળવી આપવાથી ટાઢ અટકેછે.

મરી—કોલેરાને માટે નીચે બતાવેલ મરીની

ગોળી ઘણી ફાયદાકારક છે.

મરી, હીંગ અને અફીણ, દરેક એક એક વાલ લઇ સાથે મેળવી નવ ગોળી કરવી, તેમાંથી એક એક ગોળી એક એક કલાકે આપવી. આ-દવામાં અફીણ છે તેથી આ ગોળી લાંબો વખત સુધી ચાલુ રાખવી નહિ. મુખ્યત્વે કરીને આ ગોળીનો ઉપયોગ કોલેરાની શરૂઆતમાંજ કરવો. નબળા બાંધાનાં અને ઘરડાં માણસને હરસ થયા હોય તો નીચેનો મરીનો અવલેહ ઘણો ગુણકારી છે.

બારીક મરીનો ભૂકો તોલો ૧, અજમા તોલો ૧ાા, મધ તોલા ૭ાા ખુબ સાથે મેળવવાં અને તેમાંથી અરધો અરધો તોલો દિવસમાં ત્રણ વખત ચાટવું.

મીંઢીઆવળની ફાકી—મીંઢીઆવળનાં પાં-દડાં તોલા ૮, હીમજ તોલા ૨ અને સીંધાલુણ તોલો ૧ તથા સંચળ તોલો ૦ાા લઇને પ્રથમ મીંઢીઆવળને પાંચ શેર પાણીમાં બાફી પાણી એક શેર રહે ત્યારે ઉતારી ઠંડા પાણીથી ધોઈ છાયે સૂકવવી; હીમજને

ઘીમાં તળી ચૂર્ણ કરવું. પછી બધાનું ભેગું ચૂર્ણ કરવું. તેમાંથી તોલો અરધ ગરમ પાણીસાથે લેવું. આ દવાથી બે સાફ દસ્ત લાગશે.

મોરથુથુ—જુનો ઝાડો, સંગ્રહણી અને રક્તાતિસારને માટે નીચે બતાવેલી મોરથુથુવાળી ગોળીનો ઉપયોગ કરવો.

મોરથુથુ વાલ ૧ અને અફીણવાલ ૧ મધમાં સારી પેઠે મેળવી તેમાંથી બાર ગોળી વાળવી અને દિવસમાં ત્રણ વખત એક એક આપવી. આ ગોળી ક્ષયની ત્રીજી સ્થિતિમાં ઝાડો બંધ કરવામાં ઘણી ઉપયોગી છે. બાળકને અથવા મોટાં માણુસને મોઢામાં છાલાં પડ્યાં હોય તો એક વાલ મોરથુથુનો બારીક ભૂકો કરી ત્રણ તોલા મધમાં મેળવી આંગળીવતે મોઢાનાં છાલાંઉપર ચોપડવો અને લાળ બહાર કાઢવી. છોકરાંની આંખ ઉઠેલી હોય તો અરધી રતી મોરથુથુને બે તોલા ગુલાબજળસાથે મેળવી આંખમાં ટીપાં નાખવાં. દરદનું જોર વધારે હોય

તો મોરથુથુની માત્રા બમણી લેવી. આંખોની અંદર ખીલ પડ્યા હોય તો મોરથુથુની એક લીસી કટકી લઇ ખીલઉપર ઘસવી. દાદર અને ઉંદરીને માટે નીચેના મલમનો ઉપયોગ કરવો. મોરથુથુ વાલ ૪, માયફળનો ભૂકો વાલ ૧૦, અને કોકમનું ઘી તોલા ૩ સાથે મેળવી દરદવાળા ભાગઉપર ઘસવું. નાકમાંથી લોહી નીકળતું હોય અને આગળ લખ્યા પ્રમાણે ફટકડીથી બંધ થતું ન હોય તો એક વાલ મોરથુથુના ભૂકાને ત્રણ વાલ પાણીમાં નાખી તે પાણી નાકમાં રેડવું. તેમજ જળોના ડંખથી લોહી વહેતું હોય તો તેનાપર બારીક મોરથુથુનો ભૂકો દાબવો. અફીણ, ધંતુરો, ઝેરકોચલાં, કાકમારી, વછનાગ, અને સોમલનું ઝેર ચડયું હોય અને ઉલટી કરાવવી હોય તે વખતે એક વાલ મોરથુથુ અઢી શેર ગરમ પાણીમાં મેળવી બધું પીવરાવી દેવું. દરદી ગભરાઇ ન જાય તેની સંભાળ રાખવી. ઉપરની દવા એકવાર આપવાથી અધા કલાકની અંદર કાંઇપણ પરિણામ ન જણાય તો બીજી વાર આપવી.

આ ઉલટીની દવા સારા વૈદ્યની હાજરી અને સલાહથી આપવી. જુના પ્રમેહને માટે અરધી રતી મોરથુથુ બે તોલા ગુલાબજળમાં મેળવી પીચકારી મારવી.

રાઈ—ચસકા, વા, સંધિવા, પેટનું તથા છાતીનુ દુખવું, દમ, ઉધરસ, શૂળ, ઉલટી, ઉછાળો વગેરે દરદોઉપર રાઇની પટી મારવાની જરૂર છે. નવી રાઇનો બારીક ભૂકો ટાઢા પાણીમાં મેળવી, જાડા કાગળપર પાથરી દુખતા ભાગપર લગાવવો. લગાડયા પછી તે ભાગ લાલ ચોળ થાય અથવા જરા બળતરા થાય ત્યારે તે પટી ઉખેડી લેવી. વધારે વખત રહેવા દીધાથી ફોલ્લો ઉપડેછે.

હીરાકસી—પાંડુરોગ, કમળો, અશક્તિ, સાધારણ તથા લોહીનો ઝાડો, જળોદર, દુઝતા હરસવગેરે દરદોઉપર હીરાકસીનો નીચે પ્રમાણે ઉપયોગ કરવો. હીરાકસીના લીલા કટકાનો ભૂકો વાલ ૧ અને ઈંદ્રજવનો ભૂકો વાલ ૪ મધમાં મેળવી બાર ગોળી કરવી તેમાંથી એક એક સવાર સાંજ પાણીસાથે આપવી.

અખૂટ કૈાવત આપનારી.

આતંકનિગ્રહ ગોળીઓ.

તદન વનસ્પતિની.

(૧) **આતંકનિગ્રહ ગોળીઓ** આયુર્વેદના સિદ્ધાંતને અનુસરીને જ તૈયાર કરવામાં આવેછે.

(૨) **આતંકનિગ્રહ ગોળીઓની** ગણના દિવ્ય ઔષધીઓમાં થાયછે.

(૩) **આતંકનિગ્રહ ગોળીઓનો** આદર કરવો એ તંદુરસ્તીને નિમંત્રણ કરવા બરાબર છે.

(૪) **આતંકનિગ્રહ ગોળીઓ** આખા શરીરની કાંતિમાં વધારો કરેછે.

(૫) **આતંકનિગ્રહ ગોળીઓ** શરીરના બધા અવયવોમાં બળનો વધારો કરેછે.

(૬) **આતંકનિગ્રહ ગોળીઓ** ઉત્સાહ તથા આરોગ્યસંપત્તિ આપવાનો અપૂર્વ ચમત્કાર બતાવે છે.

(૭) જેમ ગંગાસ્નાનથી પાપોનો નાશ થાયછે તેમ **આતંકનિગ્રહ ગોળીઓથી** દરદોનો નાશ થાયછે.

(૮) આતંકનિગ્રહ ગોળીઓની હરીફાઇ કરી શકે એવી શક્તિની બીજી કોઇ પણ દવા નથી.

ઘણાં ભયંકર દરદોઉપર ચમત્કારિક અસર કરનાર આ **આતંકનિગ્રહ ગોળીઓ** બળ તથા પુષ્ટિ દેનાર, વીર્યની વૃદ્ધિ કરનાર. લોહીને સુધારનાર તથા કમતાકાતને દૂર કરનાર છે. તેમજ તે હાથપગની કળતર, લોહીનો બગાડ, નબળાઇ, જ્ઞાનતંતુઓની નબળાઇ, પેશાબમાં કે સ્વપ્નામાં ધાતુનું જવું, યાદદાસ્તનું કમી થવું તથા પેશાબનું વારંવાર થવું વગેરે દરદોનો ચોકસ ઇલાજ છે તેની સાથે સ્ત્રીઓને દૂર બેસવાનું અનિયમિતપણું અને ગર્ભાશયનો બગાડ તથા પ્રદરવગેરે દરદો જે તેણીના શરીરને તદ્દન નબળું પાડી બેહાલ બનાવી દેછે તથા ગર્ભધારણમાં પણ મોટી અટકાયત નાખેછે તેવાં હઠીલાં દરદોપર આ ગોળીઓ ચોકસ નિવડેલો ઉપાય છે. ગોળીઓની ફત્તેહની સાબીતીમાં જેઓની સંખ્યા પણ ન થઈ શકે એટલાં જથ્થાબંધ સર્ટિફીકેટો મળ્યાં છે અને તેનાં એકકરતાં વધારે વોલ્યૂમો બહાર પડી ચૂક્યાં છે જે અમારી કોઇપણ ઑફીસમાં જોવા માટે ખૂલ્લાં મૂકેલાં છે. કિંમત ગોળી ૩૨ની ડબી ૧ નો રૂા. ૧ એક.

વાજીકરણ તેલ.

અતિશય વિષયવાસના અને કુટેવથી આરોગ્ય તદ્દન નાશ પામીને નપુંસકપણું આવી જાયછે અને સાથે સાથે ગુહ્ય અવયવોની નસો ઢીલી પડી જઇ તે ભાગ વાંકો વળી જાયછે અને માપમાં પણ કમી થઇ જાયછે.

આ સઘળી ત્રાસદાયક હરકતો દૂર કરવામાટે અમોએ "વાજીકરણ" આ નામનું એક અતિ ઉત્તમ તેલ તૈયાર કર્યું છે. શક્તિ આપનારાં બહાર લગાવવાનાં કોઇ પણ તેલ, ઘી કે પટ્ટીઓમાં આ તેલ રાજાધિરાજપણું ભોગવેછે, પુરૂષની તદ્દન ચાલી ગએલી શક્તિમાટે આ તેલ ખાસ ગુણ ધરાવેછે એટલે કે ગએલા પુરૂષાતનને ફરીથી લાવી આપવું એ આ તેલની પ્રતિજ્ઞા છે. આ તેલ જુદી જુદી જાતના નપુંસકપણાને દૂર કરવાનો અચૂક ઇલાજ ઠરી ચુકયો છે. ગુમાવેલ શક્તિ પાછી મેળવી આપવામાં આ તેલનું પરાક્રમ આ-શ્ચર્ય ઉપજાવે એવું છે અને તેની સાથે એ

તેલથી થએલ ફાયદો હમેશ ટકી રહેછે. આ તેલથી ફાયદો થવાની રાહ જોવી પડતી નથી એટલે કે પેહેલે જ દિવસે તે પોતાની ચમત્કારિક અસર દેખાડી આપેછે. પુરતો ફાયદો થવામાટે અરધા તોલાની એક બાટલી પૂરતી છે. **આતંક-નિગ્રહ ગોળીઓ** અને **વાજીકરણ તેલ** એ બન્ને દવાઓનો એકી વખતે સાથે ઉપયોગ કરનાર પોતાનાં તે તે દરદની ધાસ્તીમાંથી હમેશને માટે મુક્ત થાયછે.

વાજીકરણ તેલ—તો. ૦ાા ની બાટલી ૧ ના રૂા. પાંચ.

બાળમિત્ર

તાવ, ઉધરસ, ઝાડો, ઉલટી, ભરાઇ આવવું, પેટનું વધવું, શરીરનું પીળું પડવું તથા ગળી જવું વગેરે બાળકોને થતાં દરદોઉપર આ ગોળીઓ એક ચોક્કસ ઇલાજ છે વળી આ ગોળીઓનાં સેવનથી બાળકોની ચાલાકી અને તેજમાં વધારો

થવાની સાથે તેના શરીરનો બાંધો પણ મજબૂત થાયછે.

કિંમત—ગોળી ૩૦૦ ની ડબી ૧ નો રૂ. ૧ એક.

નેત્રાનંદમંદાર.

આંખોનાં દરદોને માટે આ એક બાદશાહી ઉપાય છે. આંખની ઝાંખ, પડળ, ફુલું, છારી, આંખનું ઉઠી આવવું વગેરે કોઇપણ જાતનું દરદ રહેવા પામતું નથી. બાળક, સ્ત્રી કે પુરૂષ, બધાંને માટે તે એક સરખી ઉપયોગી છે. આંખે દેખતા બંધ થએલા ઘણા દરદીઓતરફથી અમને પત્રદ્વારા તથા રૂબરૂ ખબર મળી છે કે તેઓ, એ દવાના પ્રતાપથી ફરી દેખતા થયા છે. મોટા કે નાના કુટુંબવાળા દરેક ગૃહસ્થના ઘરમાં આ દવા અવશ્ય રહેવી જ જોઇએ. કારણ કે તેની વખતોવખત જરૂર પડેછે.

કિંમત—તોલા ૦ાા ની સોગઠી ૧ નો રૂા. ૧ એક.

કાસાંતક

ખાલી અથવા કફના ભરાવાવાળી તેમજ દમ-વગરની કે દમની સાથેની ઉધરસને કાબુમાં લઈ તેની જડ કહાડનારો આ ગોળીઓ ગળાનાં, છાતીનાં ફેફસાંનાં, તથા હાંડીનાં દરદોને દૂર કરેછે.

કિંમત—ગોળી ૫૦ ની ડબી ૧ નો રૂ. ૧ એક.

ચંદ્રપ્રભા.

પ્રમેહ, મૂત્રકૃચ્છ્, વધરાવળ, હરસ તેમજ સ્ત્રીઓનાં દરેક જાતનાં પ્રદર અને સુવારોગના રેગ સફાઈબંધ મટાડવામાં પૂરતી ફત્તેહ મેળવેછે.

કિંમત—ગોળી ૨૬ ની ડબી ૧ નો રૂ. ૧ એક.

જવરાંતક.

પાચનશક્તિનું મંદ પડવું અને દરતનું સાફ નહિ આવવું એ બે તાવનાં મૂળ કારણો છે. આ ગોળીઓ પાચનશક્તિને તેજ કરેછે, પેટ સાફ

લાવેછે અને કોઇ પણ જાતનો તાવ, પછી તે રોજીંદો હોય, એકાંતરો હોય, તરીયો હોય, ચોથીઓ હોય, કે મેલેરીઅસ હોય તેને પણ એકદમ કહાડી નાખેછે.

કિંમત—ગોળી ૪૦ ની ડબી ૧ નો રૂ. ૧ એક.

કૉલેરાપીલ્સ.

સાધારણ ઝાડો, ઉલટી અને અજીર્ણ વગેરેપર આ ગોળીઓ સવારસાંજ એક એક ટાઢાપાણીસાથે લેવી. કૉલેરાના દરદમાં તેની શરૂવાત જણાતાંજ એ ગોળી એકી વખતે ટાઢા પાણી સાથે લેવાથી તેમજ તે પછી પણ જોઇતી અસર થતાંસુધી દર એક એક અથવા બબ્બે કલાકે એક એક ગોળી ટાઢાપાણી સાથે ચાલુ રાખવાથી કૉલેરા મટી જાયછે. કૉલેરા જેવા ભયંકર દરદમાં આ દવાની અમો ભલામણ કરીએ છીએ તે ઉપરથી સમજાશેજ કે, એ દરદઉપર એ ગોળીઓ અકસીર ઈલાજ છે.

કિંમત—ગોળી ૩૦ ની ડબી ૧ નો રૂ. ૧ એક.

કર્ણતૈલ.

કાનમાંથી પરૂ નિકળવું, ચસકા આવવા, ગણુગણાટ થવો, તથા સાંભળવાની શક્તિ મંદ પડવી, વગેરે દરદો આ તેલનાં ટીપાં નાખવાથી અવશ્ય મટેછે.

કિંમત—તોલા ૨ ની શીશી ૧ નો રૂા. ૧ એક.

આયુષ્ય અને આરોગ્યવર્ધક તૈલ.

ચરબીથી જાડાં થઇ ગયેલાં માણસો જો આ તેલ શરીરે લગાડે તો શરીરનું બેડોળપણું મટી શરીર મજબૂત બાંધાવાળું થાયછે; અને સુકલ લકડીજેવાં દુબળાં માણસો તે લગાડે, તો તેઓ હૃષ્ટપુષ્ટ થાયછે. વળી આ તેલથી માથાંના વાળ લીસા અને ચળકતા થવાની સાથે ઘણા વધેછે. તથા તેમાં આવતી સફેદી અટકી, ચળકતી કાળાશ કાયમ થાયછે.

કિંમત—તોલા ૫ ની શીશી ૧ નો રૂા. ૧ એક.

વાતગજકેસરી તેલ.

સંધિવા, હાથપગનું રહીજવું, અકડાઇ જવું, ચસકા, શૂળ અને માથાનો દુખાવો, તથા વાયુના દરેક વિકારઉપર આ તેલ, એક આબાદ, ચોકસ, રામબાણ અને કદી પણ નિષ્ફળ ન જાય એવો ઉપાય છે. દુખતા ભાગઉપર એ તેલ થોડું લઇને તે ભાગપર ઘસવું.

કિંમત—તોલા ૫ ની શીશી ૧ નો
રૂા. ૧ એક.

શુદ્ધ મોતીનો સુરમો.

સુરમો હમેશાં આંખમાં આંજવાથી આંખમાં કોઇપણ જાતનું દરદ થતું નથી અને આંખમાંથી પાણીનું ઝરવું, આંખની બળતરા, ખરજ વગેરે આંખનાં દરદો ઘણી સરાઇથી મટી જાયછે.

કિંમત—કાળો સુરમો તોલા ૧ ના રૂા. ૧॥ દોઢ
ધોળો સુરમો તોલા ૧ ના રૂા. ૨ બે

આ સિવાય 'આતંકનિગ્રહ ઔષધાલય" માં તોલા એકની કિંમત રૂ. ૨૪ ચોવીશવાળો ઘણોજ ઉંચો **સુરમો** તૈયાર કરવામાં આવેછે. એ **સુરમાની** કિંમતજ તેના અમૂલ્ય ગુણોની ખાત્રી આપેછે. આ **સુરમો** રૂ. ૩ ત્રણ કરતાં ઓછી કિંમતનો મોકલવામાં આવતો નથી.

અમૃતાર્ણવ.

આ એક પાકના રૂપમાં ચાટણ છે, ઘણું સ્વાદિષ્ટ છે, ઘણું તેજતદાર છે અને ઘણા લાંબા વખતનાં દમ, ઉધરસ, ક્ષય, સંગ્રહણી, ઉરઃક્ષત તથા વાતરક્ત, એ દરદોઉપર આબાદ ઈલાજ છે. હમેશાં ઘસાઇ જતાં બાળકો, પુરૂષો તથા સ્ત્રીઓ, આ દવાના ઉપયોગથી જોઇએ તેવાં મજબૂત થાયછે. વખત વગર બુઢાં થયેલાં માણસો પણ એ દવાના ચાલુ સેવનથી પાછાં જુવાનજેવાં થઈ જાયછે.

સવાર સાંજ એક એક તોલો ખાઈ ઉપર થોડું દૂધ પીવું.

કિંમત—તોલા ૨૦ ના ડબા ૧ ના રૂા. ૨ બે.

રેચક ગોળીઓ.

રાત્રે સૂતી વખતે બે ગોળીઓ પાણીસાથે લેવાથી સવારે એક સાફ પેટ આવેછે તથા શરીર આળસરહિત થાયછે. આ ગોળીની કિંમત બહુજ થોડી છતાં તેના ગુણો ઘણા કિંમતી છે.

કિંમત—ગોળી ૩૨ ના ડબી ૧ ના આના આઠ.

વ્રણમર્દન.

જખમ, નહિ રૂઝાતાં ચાંદાં. છોકરાંઓના માથાનું સડી જવું, ખસ, સૂકું કે લીલું ખરજવું. નહિ રૂઝાતાં ગુમડાં વગેરે ચામડીનાં દરદોને આ મલમ ઘણી ઝડપથી મટાડી દેછે.

કિંમત—ડબી ૧ નો રૂા. ૧ એક.

દાદરની સોગઠી.

ગમે તેટલા વરસની કાળી યા લાલ, આ

શરીરે ફેલાયેલી કે થેાડા ભાગમાં ફેલાયેલી દાહર ઉપર આ સેાગઠી પથ્થરપર પાણીસાથે ઘસી ચંદનની માફક દરદવાળા ભાગપર લગાવવાથી બારે કલાકમાં ફાયદો માલમ પડેછે.

કિંમત—તોલા ૨ ની સેાગઠી ૧ ના આના ૪ ચાર.

દંતમંજન.

એ મંજન લગાડવાથી દાંત સડતા નથી, ઢીલા હેાય તેા મજબૂત થાયછે, દાંતપર ખેરી બાઝતી નથી, દાંત ચકચકિત થાયછે, દાંતનાં પારાં ચડતાં નથી, તેમ તેમાંથી લેાહી નીકળતું નથી, મેાઢાંમાંથી નીકળતી ખરાબ વાસ બંધ થાયછે અને તેથી ખેારાક લેવામાં પણ સારી રૂચિ થાયછે.

કિંમત-તેાલા ૪ ના પડીકા ૧ ના આના ૪ ચાર.

કેસરાદિ ગોળીઓ.

શરીરમાં ગરમી ફૂટી નીકળેલી હોય, અને ગરમીની અસરથી શરીરનું લોહી ઝેરી બનેલું હોય અને તેને લીધેજ શરીરના સાંધા અકડાઇ ગયા હોય તો આ દવા વાપરવામાં બીલકુલ ઢીલ કરવી નહિ.

સવારસાંજ બબ્બે ગોળી ઘીની સાથે લપેટી ગળી જવી. દુધ, ભાત, રોટલી, સાકર વગેરે મોળો ખોરાક લેવો. તેલ, મરચું, મીઠું, વગેરે નહિજ લેવું.

કિંમત—ગોળી ૧૦૦ ની ડબી ૧ નો રૂ. ૧ એક.

મંડૂરવટક.

બરોળ વગેરે પેટનાં દરદો તથા કમળો અને પાંડુરોગ વગેરેનો નાશ કરવામાં આ દવા બહુ ફત્તેહમંદ નિવડેલ છે.

કિંમત—ગોળી ૧૦૦ ની ડબી ૧ નો રૂ. ૧ એક.

ઉંઘની ગોળીઓ.

કોઇપણ જાતના દુઃખદરદથી ઉંઘ ન આવતી હોય તો રાતના સુતી વખતે બે ગોળીઓ પાણી-સાથે લીધાથી છ થી આઠ કલાક સુધી સ્વપ્નાં-વગરની ઘણી સરસ ગુલાબી ઉંઘ આવેછે.

કિંમત—ગોળી ૧૬ ની ડબી ૧ નો રૂા. ૧ એક.

સીફીલીસ પાઉડર.

ખરાબ સોબતથી લગુ પડતાં ચાંદીનાં દરદ-ઉપર આ ભૂકી જેમ બને તેમ બહુ જ થોડી માત્રામાં દિવસમાં પાંચ—છ વખત મૂકવાથી ચાંદી ઘણી થોડી મુદતમાં નાબુદ થાયછે.

કિંમત—તોલા ૧ એકનો રૂા. ૧ એક

સહસ્રપુટી અભ્રક ભસ્મ.

આ ભસ્મનો નિત્ય ઉપયોગ કરવામાં આવે

તો જુવાની કદી જતી નથી, શરીર દૃઢ થાયછે, અને કોઢ, પાંડુ રોગ, સોજાનાં દરદો, ક્ષયનું દરદ, તથા નપુંસકપણાનો નાશ થાયછે.

કિંમત—તોલા ૧ ના રૂ. ૫૦) પચ્ચાસ.

લોહભસ્મ.

આ ભસ્મ બહુ ઉંચા પ્રકારથી તૈયાર કરવામાં આવી છે. વૈદ્યો પોતાની દવામાં જ્યાં લોહભસ્મનો ઉપયોગ કરેછે ત્યાં જો આ અમારી લોહભસ્મ વાપરે છે તો તેઓને બહુ ફતેહ મળેછે. આ ભસ્મનો ઉપયોગ કરનાર મનુષ્યનું લોહી સાફ થાયછે, વધેછે અને તે લોઢાજેવો મજબુત બાંધાનો થાયછે.

કિંમત—તોલા ૧ ના રૂ. ૫ પાંચ.

વૈદ્યશાસ્ત્રી મણિશંકર ગોવિંદજી,

આતંકનિગ્રહ ઔષધાલય

જામનગર—કાઠિયાવાડ.

સુંદર પિકચરોનું આલ્બમ.

સુંદર સળંગ છીંટથી બાંધેલા આ આલ્બમની અંદર, જોનારના અંતઃકરણમાં ભક્તિરસ ઉપજાવનારાં ૨૩ રમણીય ચિત્રો છે. આ ચિત્રો નીચે બતાવ્યા પ્રમાણે ઇશ્વરાવતાર તથા તેના ભક્તોના જૂદા જૂદા સમયના મનોહર દેખાવો અને આનંદ તેમજ ઉપદેશ આપનારા ઇતિહાસોનું સ્મરણ દેછે.

(૧) યશોદાવિશ્વરૂપદર્શન.
(૨) કૃષ્ણલીલા.
(૩) રાસક્રીડા.
(૪) કાલિયમર્દન.
(૫) કંસવધ.
(૬) સુદામદેવ.
(૭) સૈરંધ્રી-કીચક.
(૮) ઉષાસ્વપ્ન.
(૯) રામવનવાસ.
(૧૦) સીતા-પંચવટી.
(૧૧) સીતા-સુવર્ણમૃગ.
(૧૨) હનુમાન-સમુદ્રઉલ્લંઘન.
(૧૩) મારૂતિ-પર્વતોદ્ધહન.
(૧૪) સીતા-અશોકવન.
(૧૫) રામપંચાયતન.
(૧૬) વામન-બલિ.
(૧૭) નૃસિંહભગવાન.
(૧૮) વરાહભગવાન.
(૧૯) કૂર્મભગવાન.
(૨૦) મત્સ્યભગવાન.
(૨૧) શેષનારાયણ.
(૨૨) ગજેંદ્રમોક્ષ.
(૨૩) ઉર્વશી-પુરરવા.

ઉંચી જાતનાં ચિત્રોનો સંગ્રહ કરવો એ ઘરમાં આનંદ, સંતોષ અને આરોગ્યને દાખલ કરવા બરોબર છે. કારણ કે તેવાં ચિત્રો જોવાથી મનને નિર્દોષ આનંદ અને સંતોષ મળેછે, તેમ થવાથી મન હમેશ પ્રફુલ્લિત રહેછે અને મન પ્રફુલ્લિત રહેવાથી શરીર રોગરહિત રહેછે.

કિંમત—આઠ આના.

જેમને જોઇએ તેમણે આ આલ્બમ, અગાઉથીજ કિંમત મોકલી મગાવી લેવું.

વૈદ્યશાસ્ત્રી મણિશંકર ગોવિંદજી,

જામનગર–કાઠિયાવાડ.

અગત્યનું જ્ઞાન આપનારાં ઉપયોગી પુસ્તકો.

ચિકિત્સાબ્ધિ—(સંપૂર્ણ આર્યવૈદકગ્રંથ આવૃત્તિ ચોથી. કદ ડેમી આઠ પેજી ૪૯ ફારમ, પૂંઠું પાકું, કિંમત રૂા. ૨ બે). આ પુસ્તકમાં દેશી વૈદકસંબંધી જાણવાજોગી તમામ બાબતો

આવી જાયછે. આ એકજ પુસ્તકનો સારી રીતે અભ્યાસ કરનાર, ઉત્તમ વૈદ્યકતરીકે લેખાયછે. ગુજરાતી ભાષામાં આજ દિવસ સૂધીમાં દેશી વૈદ્યકસંબંધી આના જેવો બીજો કોઇપણ ગ્રંથ બહાર પડયો નથી.

આર્યાનાર્ય ઔષધ—(દેશી અને અંગ્રેજી ઔષધોનો અપૂર્વ વૈદ્યક સંગ્રહગ્રંથ. આવૃત્તિ ત્રીજી. કદ ડેમી આઠ પેજી, ૪૭૫ારમ, પૂંઠું પાકું, કિંમત રૂા. ૨ બે. બન્ને ભાગ સાથે) પહેલા ભાગમાં તમામ ઉપયોગી દેશી ઔષધો બનાવવાની તથા જુદા જુદા રોગોપર વાપરવાની રીત સ્પષ્ટ સમજાય તેવી રીતે દાખલ કરવામાં આવી છે. અને બીજા ભાગમાં તેવીજ રીતે તમામ ઉપયોગી અંગ્રેજી ઔષધોની હકીકત દાખલ કરવામાં આવી છે. આ પુસ્તકનો લક્ષ દઈ ઉપયોગ કરનાર દેશી વૈદ્યતરીકે અને ડાકટરતરીકે એમ બન્ને રીતે દેશી અને અંગ્રેજી ઔષધો વાપરવામાં કાબેલ થાયછે.

પાંડવ અને કૌરવ—(ઇતિહાસગ્રંથ, આવૃત્તિ પાંચમી. કદ ડેમી આઠ પેજી ૭૮ ફારમ, પૂંઠું પાકું,

કિંમત રૂા. ૩ ત્રણ). આ પુસ્તકમાં પાંડવોની બાળચેષ્ટા, જુગારની રમત, દ્રૌપદીવસ્ત્રાહરણ, ચંડાળ ચોકડીની મસલત, અઢાર દિવસનું ભયંકર યુદ્ધ વગેરે અનેક રમણીય અને ચિત્તાકર્ષક બાબતો સમાવવામાં આવેલ છે. પાંડવ અને કૌરવોના રસીલો ઇતિહાસ જાણવાનું સાધન ગુજરાતી ભાષા જાણનારાઓને આ પુસ્તક સિવાય બીજું કોઇ નથી.

રામ અને રાવણ—(ઇતિહાસગ્રંથ. આવૃત્તિ ત્રીજી. ક્રાઉન સોળ પેજી પપ ફારમ પૂંઠું કાચું. કિંમત રૂા. ૧ એક) નીતિનો આબેહુબ ચિતાર, કરૂણારસનો નમુનો, દુષ્ટ સ્ત્રીનો દુરાગ્રહ, પવિત્ર પુત્રોનું આચરણ, સતીનો પ્રભાવ, સેવકનો ધર્મ અને ટુંકામાં શ્રીરામચંદ્રજીના ગુણ અને પરાક્રમનું સંપૂર્ણ વર્ણન વાંચવા, દરેક ગૃહસ્થે આ પુસ્તક પોતાની પાસે અવશ્ય રાખવું જોઇએ.

પાંડવાશ્વમેધ—(ઇતિહાસ ગ્રંથ, આવૃત્તિ બીજી, ક્રાઉન સોળ પેજી ૩પ ફારમ, પૂંઠું પાકું, કિંમત રૂા. ૨ બે). અલૌકિક પરાક્રમો, લવ અને કુશનું આખ્યાન, ચંદ્રહાસનું આખ્યાન, મંડા

યોદ્ધાઓનાં યુદ્ધ, વીર પુરૂષોની વીરતા તથા અનેક અદ્ભુત આખ્યાનોનો સંગ્રહ આ પુસ્તકમાં દાખલ થયો છે.

શ્રીકૃષ્ણચરિત્ર—(ઇતિહાસગ્રંથ. કદ ડેમી આઠ પેજી ૬૦ ફારમ, પૂંઠું કાચું, કિંમત રૂા. ૨ બે). આ પુસ્તક પરમાત્મા શ્રીકૃષ્ણભગવાનનાં ચિત્તાકર્ષક ચરિત્રોનું એક સુંદર સંગ્રહસ્થાન છે. એટલે શ્રીકૃષ્ણભગવાનસંબંધી સઘળી હકીકતથી ભરપૂર છે.

મુક્તા—(સાહિત્યગ્રંથ કદ ડેમી આઠ પેજી ૫૭ ફારમ પૂંઠું પાકું કિંમત રૂા. ૩ ત્રણ). ધર્મ, નીતિ અને વ્યવહારસંબંધી જ્ઞાન આપવાની સાથે સંસારસુધારો, રૂઢિ, રાજ્યપ્રકરણી વિષયો, ચાર પુરૂષાર્થ, નવરસ તથા અલંકાર વગેરેનાં આબેહુબ વર્ણનો તેમજ રસીલી વાર્ત્તાના પ્રસંગમાં શેહેર, જંગલ, બગીચા, જલાશય, આશ્રમ, ઋતુઓ, શિકાર, ગુફા, પાતાળ તથા યુદ્ધનાં વર્ણનો પૂરાં પાડનાર હોવાની સાથે ઉંચી ગુજરાતી ભાષા શીખવાનું અને સમજવાનું આ પુસ્તક ઉત્તમ સાધન છે.

ગુજરાતી ગ્રંથકારો અને ગ્રંથો—(સાહિત્યગ્રંથ. કદ ડેમી આઠ પેજી ૪૧ ફારમ. પૂંઠું

કાર્યું, કિંમત રૂા. ૧॥ દોઢ.) આ પુસ્તકમાં ૬૮ ગ્રંથકારોનાં જીવનચરિત્રો અને તેઓએ બનાવેલાં ૨૧૧ પુસ્તકોનો હેવાલ પ્રસિદ્ધ કરવામાં આવ્યોછે.

સંક્ષિપ્ત કાદંબરી—(સાહિત્યગ્રંથ આવૃત્તિ ત્રીજી. કદ ડેમી આઠ પેજી ૧૨ ફારમ. કિંમત આના ૮ આઠ). બાણભટ્ટે સંસ્કૃત ભાષામાં લખેલ કાદંબરીનું ગુજરાતી ભાષામાં સહેલું અને ટૂંકું રૂપ આ પુસ્તક વાંચવાથી ધ્યાનમાં આવેછે.

શ્રીમદ્ભગવદ્ગીતા-(આર્યતત્વજ્ઞાનનું અપ્રતિમશાસ્ત્ર, કદ ડેમી આઠ પેજી ૨૫ ફારમ કિંમત રૂપિયો ૧). મૂળ શ્લોકો સહિત આ અતિશય શુદ્ધ ગુજરાતી ભાષાંતર, પરમ પુરૂષાર્થનું સાધન કરવાની ઇચ્છા પાર પાડવા દરેક મનુષ્યે નિત્યપાઠ કરવાયોગ્ય છે.

આયુર્વેદમાર્ગોપદેશિકા—(વૈદ્યકગ્રંથ, કદ ડેમી અઢારપેજી દશ ફારમ કિંમત આના ૮ આઠ) ચાલુ દરદો અકારાદિ ક્રમથી લઇ તેનાં કારણ અને સ્વરૂપ વગેરેનું જરૂર પડતું વર્ણન આપ્યા પછી તે દરેક દરદની નીચે તેના ઇલાજોનું વર્ણન આપવામાં આવ્યું છે, જે ઇલાજો સાધારણ માણસ પણ સહેલાઈથી તૈયાર કરી શકે તેવા છે.

શ્રીમદ્ભગવદ્ગીતા (શુદ્ધ ભાષાંતર ઉપરાંત તાત્વિક બોધમાટે પુષ્કળ વ્યાખ્યાન સહિત) ઘણા વિદ્વાનોએ છેવટનો નિર્ણય કર્યો છે, કે ધર્મનાં પુસ્તકોનો પાઠમાત્ર ફલદાયી નથી પણ પાઠની સાથે તેનો અર્થ તથા તાત્પર્ય પૂરેપૂરો સમજાય તોજ તે ફલદાયી નિવડેછે. આ પ્રમાણે ગીતા પુસ્તક તેના વાંચનારને પૂરેપૂરૂં ફલદાયી નિવડે એવા હેતુથી તે મૂળ, ભાષાંતર તથા પૂરેપૂરા વ્યાખ્યાનસહિત અમોએ બહાર પાડ્યું છે. મૂળ તથા ભાષાંતરસહિત ગીતાનાં પુસ્તકો તો ઘણાં બહાર પડ્યાં છે પણ પૂરતાં વ્યાખ્યાનવાળાં ગીતાનાં પુસ્તકો થોડાંજ બહાર પડ્યાં છે અને જે બહાર પડ્યાં છે તેમાં પણ ઘણે ઠેકાણે જૂદી જૂદી ખામીઓ જોવામાં આવેછે. અમો નિશ્ચયપૂર્વક જાહેર કરીએ છીએ. કે અમારા તરફથી બહાર પડેલ આ ગીતા પુસ્તકમાં તેવી ખામી બિલકુલ નજરે નહિ પડે. શ્રી શંકરાચાર્યવાળું ભાષ્ય તથા શંકરાનંદ, નીલકંઠ, અને શ્રીધર વગેરે પંડિતોના વ્યાખ્યાનોઉપર નજર રાખીને તત્ત્વવિષયનો એક પણ અંશ ન જવા

દઇ આ સ્વતંત્ર વ્યાખ્યાનવાળું પુ તક અમોએ પ્રસિદ્ધ કર્યું છે. વિવેકી વાંચનારાઓ, બીજા વિદ્વાનો, તરફથી બહાર પડેલાં ગીતાનાં બીજાં પુસ્તકો તથા આ પુસ્તકવચ્ચેનો તફાવત પ્રત્યક્ષ જોઇ શકશે. આત્મશ્લાઘાથી નહિ પણ સત્ય વાત પ્રસિદ્ધિમાં મૂકવાના આશયથી અમારે કહેવું જ પડે છે કે શાસ્ત્રીય વિષયોમાં બિલકુલ નહિ ખેડાયેલી ગુજરાતી ભાષામાં આજસુધી ગીતાશાસ્ત્રના ગૂઢ વિષયમાં પ્રવેશ કરાવે એવું આ સિવાય બીજું એકે ગીતાનું પુસ્તક બહાર પડ્યું નથી.

આ પુસ્તકમાં પ્રત્યેક શ્લોકના અર્થની સાથે વ્યાખ્યાનમાં તે અર્થનું વિશદીકરણ, તેમાં આવતા આક્ષેપોનાં સરલ અને સચોટ સમાધાનો તથા ઉત્તમ ભાવાર્થો આપવામાં આવેલ છે, જેમાં પ્રસંગોપાત્ત યોગશાસ્ત્રની પદ્ધતિ તથા ન્યાયશાસ્ત્રના અનુમાનાદિ વિષયો પણ સમજાવેલા છે, એટલુંજ નહિ પણ જે જે શાસ્ત્રના વિષય જ્યાં જ્યાં આવેલા છે ત્યાં ત્યાં તે ઉપયુક્ત અંશથી ગોઠવેલા છે. આટલું છતાં તેની વાક્યરચના ઘણી સરલ હોવાથી વાંચનારને

તેમાં બિલકુલ કંટાળો આવે તેવું નથી. ટૂંકામાં ગીતા પુસ્તકના દરેક અધિકારીએ આ પુસ્તક રાખવા જેવું અને મનન કરવા જેવું છે. ક્રે. ડેમી આઠપેજી લગભગ ૮૦ ફારમનો મોટો ગ્રંથ. કિંમત–ટપાલખર્ચ સહિત રૂા ૪–૫–૦.

સંગીત કામશાસ્ત્ર—શરીરસંરક્ષણ અને નીતિના ઉંચા વિષયોસંબંધી ઉપયોગી બોધ આપનાર મનપસંદ કવિતાઓથી ભરપૂર લગભગ ૯ ફારમનું આ પુસ્તક. જે કોઈ અરધા આનાની ટીકીટ મોકલી મગાવે, તેને ભેટ મોકલી આપવામાં આવેછે.

વૈદ્યશાસ્ત્રી મણિશંકર ગોવિંદજી.

આતંકનિગ્રહ ઔષધાલય.

હેડ ઑફીસ—જામનગર, કાઠિયાવાડ.

જાહેર માગણી.

આજ લગભગ ત્રીશ વર્ષો થયાં આખા હિંદુસ્તાનમાં જેણે દિગ્વિજય મેળવ્યો છે, જેણે ઘણા

દરદીઓને આપઘાત કરતાં અટકાવેલ છે, જેણે ઘણા નપુંસકજેવા બનેલા પુરૂષોને ખરૂં પુરૂષત્વ આપ્યું છે, જેણે ઘણાઓની નાશ પામેલી યાદશક્તિને સજીવન કરી બળવાન બનાવી છે, જેણે ધાતુપાતથી પીડાતા અસંખ્ય દરદીઓને આરામ આપ્યો છે, જેણે નબળા બાંધાના અને ફીકા પડી ગયેલાઓને મજબૂત બાંધાના અને તેજસ્વી શરીરવાળા બનાવ્યા છે, જેણે બુઢ્ઢાઓને જુવાનજેવા શક્તિવાળા કર્યા છે અને જેણે પૃથ્વીપરના અમૃતની ઉપમા મેળવવાની સાથે બગડેલા લોહીને સાફ કરવામાં, પાચનશક્તિને વધારવામાં, જ્ઞાનતંતુની નબળાઇને દૂર કરવામાં તથા હરકોઈ પ્રકારના ધાતુવિકારને ચોકસપણે મટાડીજ દેવામાં મોટી નામના મેળવી છે; તે આતંકનિગ્રહ ગોળીઓના સંબંધમાં અમોને મળેલાં બેસુમાર સર્ટિફીકેટોનું એક દળદાર પુસ્તક છપાયછે. તેનાં બે વોલ્યૂમો તો તૈયાર થઇ જવાથી અમારી દરેક આફીસમાં હરકોઇને જોવાની છૂટથી મૂકવામાં પણ આવ્યાં છે. વોલ્યૂમોની સંખ્યા ઘણીજ મોહોટી થશે. એ પુસ્તક બહુ મોંઘી કિંમતનું પડવાને લીધે તેનાં છપાઇ તૈયાર થયેલાં તથા હવે તૈયાર થવાનાં વોલ્યૂમોની

ઘણી નકલો છુટથી વહેંચી શકાય તેમ નથી. પણ તેની એક એક નકલ અમારી મુંબઇ, કલકત્તા વગેરેના હાલની ચાલુ દરેક ઓફીસે અને હવે પછી ખોલવાની દરેક બ્રાંચઓફીસે રાખવામાં આવે છે અને આવશે એટલે સર્વ લોકોને, તેમાંનાં સર્ટિફીકેટો જોઇ આતંકનિગ્રહ ગોળીઓએ આજસૂધી કેટલી મોટી ફત્તેહ મેળવીછે એની વિશેષ ખાત્રી કરવાનું બની આવશે.

ઉપર જણાવેલી યોજનાને અનુસરી અમો અમારાં માનવંતાં ગ્રાહકો કે જેઓએ આજસૂધી આતંકનિગ્રહ ગોળીઓનો ઉપયોગ કરી સારો ફાયદો મેળવેલો છે અને જેઓ એ ગોળીઓથી પોતાને ફાયદો થવાને લીધે તેની અમારી રૂબરૂમાં બેહદ તારીફ કરેછે તેમ બીજાઓને એ ગોળીઓ વાપરવાની ભલામણ પણ કર્યા કરેછે તેઓની પાસે અમો જાહેર માગણી કરીએ છીએ કે એ ફત્તેહમંદ ગોળીઓ માટેનો પોતાનો ખરો અનુભવ તેઓએ અમારાપર લખી મોકલવા મેહેરબાની કરવી. જેથી બીજા મળેલા અસંખ્ય અભિપ્રાયોની સાથે તેઓના પણ માનવંતા અભિપ્રાયો ઉપર લખ્યા મુજબ છપાતાં પુસ્તકના હવેના વોલ્યૂમમાં દાખલ કરી શકાય.

આતંકનિગ્રહ ઔષધાલયમાંથી દવા મગાવનારે ધ્યાનમાં રાખવાયેાગ્ય ભેટવગેરેના નિયમેા.

૧ સઘળી ઓરીસેાએ પત્રવ્યવહાર માલેકના નામથી જ કરવેા.

૨ હરકેાઇ ચીજનું પેાસ્ટેજ અને વી. પી. ખર્ચ પણ ગ્રાહકે પેાતાપર જ સમજવું.

૩ એક સામટી રૂ. ચારની દવા લેનારને **શ્રીકૃષ્ણવિષ્ટિ પિક્ચર** જેની વિગત પાછળના પેજપર છે તે અગર તે ન લે તેા રૂપિયા એકની દવા ભેટ આપવામાં આવેછે.

૪ પાંચ કે તેથી વધારે રૂા. ની દવા એકસામટી લેનારને અમારાં પુસ્તકેામાંથી રૂા. ત્રણની કિંમતસુધીનું હરકેાઈ એક પુસ્તક અથવા પ્રખ્યાત ડા૦ વીરજી ઝીણાકૃત **વંધ્યત્વ નિવારણ** પુસ્તક ભેટ અપાયછે.

૫ રૂપિયા બાર કે તેથી વધારેની દવા એક સામટી લેનાર જો ઉપર જણાવેલી કેાઇ ભેટ ન લે તેા તેને પચ્ચીશ ટકાને હિસાબે કમીશન કાપી દેવામાં આવેછે.

૬ દવાનાં નાણાં પ્રથમથી મેાકલી દેનારને માત્ર દવાના પારસલનું પેાસ્ટેજ આપવું પડતું નથી. આ નિયમ ફેારેન પેાસ્ટને માટે નથી.

૭ જણાવેલકરતાં ઓછા માપ કે કિંમતથી કેાઈ ચીજ મેાકલાતી નથી.

વૈદ્યશાસ્ત્રી મણિશંકર ગેાવિંદજી.

માલેક—આતંકનિગ્રહ ઔષધાલય.

શ્રીકૃષ્ણવિષ્ટિ.

પ્રખ્યાત રાજા રવિવર્માની વખણાતી કલમથ થયેલ આ એક સર્વોત્કૃષ્ટ પવિત્ર રંગીન ચિત્ર છે. માત્મા શ્રીકૃષ્ણ ભગવાન પાંડવોનીતરફથી કૌરવોની સલાહ કરવા ગયા છે એ વખતનો પરમ સુંદર દેખ

આંધળો રાજા ધૃતરાષ્ટ્ર પોતાનાં ઉદ્ધત પુત્ર અને દુઃશાસન તથા તેના અધમ ચી સોબતી કર્ણ અ વગેરે જેઓ શ્રીકૃષ્ણને કેદ કરી લેવા તૈયાર થઈ તેઓનાથી વીંટાઇને બેઠા છે. ક્ષત્રિયોમાં શિરોમણિ હાપ્રભાવ ધરાવનારા ભીષ્મપિતામહ, આચાર્યોમાં શ્રે તથા મંત્રીઓમાં શ્રેષ્ઠ વિદુર વગેરે ઉત્તમ પુરૂષો પ હાજર છે. શ્રીકૃષ્ણ ભગવાન સર્વોત્તમ સિંહાસનપર પ્રસન્ન-મુખથી પરમ નિર્ભયપણે બેઠા છે અને તેનો અંગરક્ષક સાત્યકિ, દુર્યોધનવગેરેના નીચ ખટપટ જાણી લાલચોળ આંખો કરી તેને શિક્ષા કરવા તૈયાર થઇ ગયો છે, પરંતુ પરમાત્મા શ્રીકૃષ્ણ તેનો હાથ ઝાલી તેને અટકાવેછે.

નિર્ભયપણું, પ્રસન્નપણું, આશ્ચર્ય, અનાદર, ક્રોધ વગેરે વિવિધ ભાવોને સૂચવનારી મુખાકૃતિવાળા ૨૧ પુરૂષોનો યથાસ્થિત અસરકારક દેખાવ આપનારાં આ ચિત્રની લંબાઇ પહોળાઈ ૨૮×૨૧ ઇચની છે. રંગ ભાવ તથા છાપમાં જે કુશળતા દેખાડવામાં આવી છે તે અવર્ણનીય છે.

આ ચિત્ર અમારે ત્યાંથી રૂા. ૪ ની સામટી દવા મગાવનારને ભેટ અપાયછે.

વૈદ્યશાસ્ત્રી મણિશંકર ગોવિંદજી.

જામનગર—કાઠીયાવાડ.